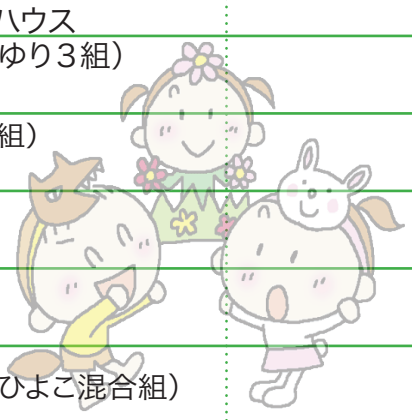
令和元年.12.01

12月の園だより

with you こころをこめて
松寺こども園
〒920-0011 金沢市松寺町丑47
TEL 076-238-1414

日	曜	行事予定	備考
1	日		
2	月	身体計測（ばら組）	
3	火	身体計測（さくら、ゆり１組）	
4	水	身体計測（さくら、ゆり２組） まつてらちびっこハウス	
5	木	身体計測（さくら、ゆり３組） 体育教室	
6	金	身体計測（すみれ組） 布団持ち帰り	
7	土		
8	日		
9	月	身体計測（すみれ・ひよこ混合組）	
10	火	身体計測（ひよこ組）	
11	水		
12	木	リハーサル（さくら、ゆり、ばら組）	
13	金		
14	土	わくわくステージ２０１９（さくら、ゆり、ばら組） お弁当の日	
15	日		
16	月	体育教室	
17	火	避難訓練	
18	水	子育てサロン	
19	木		
20	金	E-Time 布団持ち帰り	
21	土		
22	日	１号認定の方は、 １２／２６（木）～１／６（月）まで冬季休園になります	
23	月		
24	火	クリスマスのつどい	サンタさんのプレゼントを楽しみにしましょうね。
25	水	保育料・雑費徴収	年末ですので、遅くならないようにお願い致します。
26	木		
27	金	ズック、布団持ち帰り	
28	土		よいお年を、お迎えください。
29	日		
30	月	年末保育（有料）	
31	火		



1月の園だよりは、１／６（月）に配布します。ズック、スモック、主食も、忘れないでね。
１／１８（土）わくわくステージ２０１９（ひよこ、すみれ組）

健康的な食事について学びましょう！

最近の若い女性の「やせ志向」の高まりとともに、子育てを担う世代である20～30歳代の女性の「低体重」の人が増えてきています。反面、小中学生の子どもには「肥満」が増えてきています。

若者や子どもたちの食生活の乱れが指摘されていることからも、子どものときからバランスのよい食事をとる習慣を身に付けたいものです。

食事はバランスよく！親子で楽しく

食事は、主食、副菜、主菜を彩りよく組み合わせて楽しい食卓を演出しましょう。どれが欠けても、多過ぎてもバランスが悪くなります。

朝食は欠かさず食べよう！

●お手軽バランス朝食のすすめ

朝から料理なんて無理という方には「お手軽バランス朝食」がおすすめ。とにかく主食、副菜、主菜を食卓にそろえてみましょう。

主食：1つ（おにぎり）
副菜：1つ（トマト）
主菜：1つ（ゆで卵）

●主食、副菜、主菜をそろえるのが難しかったら、こんな組み合わせでもOK！

主食：1つ（トースト）
副菜：1つ（牛乳）
主菜：1つ（みかん）

●朝食で副菜を食べない時は、昼食や夕食で補って！

お知らせ

12月は『師走』の文字どおり慌ただしく過ぎていく1ヶ月ですが、クリスマスやお正月というこの時期に、絵本の読み聞かせやお正月の伝承あそびで、お子さんと一緒にじっくりと楽しい時間を持っていただけるといいですね。また、ちょっと目を離したすきの子どもの事故、けが、暖房器具等での火傷、火災、不審者の連れ去りなど今一度、子ども達の行動に目を向けて下さるようにお願いします。

お願い

- 手袋や防寒具には、名前、掛ひもを、必ずつけてね。また、登降園は、制服の着用をお願いします。
- 朝夕の登降園時は、車の一方通行を徹底し、事故や盗難に合わないよう、しばらくの時間でも、鍵をかけたり、マナーを守って下さるようご協力お願いします。
- 金沢市では、インフルエンザ、感染性胃腸炎、RSウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎の発生の報告がありますが、当園でも流行の兆しがあります。

手洗いうがい、消毒等対応をマニュアルにもとずき行なっていますが、登降園時、園に出入りする時は、玄関での手洗い、消毒をよろしくお願いします。また、ご家庭でもなるべく、人の多い所への出入りを控え、手洗いをまめにして感染予防に、心がけましょう。また、感染した時には、受診と十分な休養をよろしくお願いします。熱が下がったからと、早々、登園すると、他の子ども達への感染拡大に、つながりますので、ご協力をよろしくお願い致します。どうしても都合のつかない時は、病児保育のご利用をお願いします。

1月の園だよりは、1/6（月）に配布します。