

2023年12月22日
松原ひかり幼稚園

あけまして おめでとうございます。新しい一年の幕開けですね。

幼稚園のホールも、もうすぐ訪れる春とさわやかな青空を感じさせる可愛い色に様変わりしました。きらきら輝く園舎に囲まれて、またこの一年が子どもたちと保護者の皆様、そしてわたくしたち職員が笑顔あふれるステキな年となりますよう、全力を尽くしていきます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

3学期は、卒園、進級に向かい、1、2学期で身につけた力を信じて、さらに発展させたり、基礎を見直したりする時期でもあります。一人ひとりの成長を認め、喜び合っって次へと進める事ができますよう、一日一日を大切に過ごしてまいります。寂しさもありますが、期待を大きく胸に膨らませて新年度4月を迎えたいと思います。

1月には音楽会、2月には観劇、おやつクッキング、サッカー大会、3月には劇発表、卒園式と頑張る事と楽しい事が次々やってきます。健康に留意して休むことなく、みんなで揃ってのぞみたいですね。

1~4日	園お休み	18	木	中プログラミング	キャンディ
5	金 冬休みお預かり保育	19	金	体育指導	Piyo2
6	土 土曜保育	20	土	土曜保育	
	10日園庭開放(つぼみ)	22	月	コアラ・つぼみプログラミング	キャンディ
9	火 始業式 午前保育	23	火	音楽指導 ドラルーム	
10	水 音楽会座席くじ引き	24	水	23日園庭開放(中コアラ)	Piyo1
11	木 長プログラミング 未就園児園庭開放(0~1.5歳対象)	25	木		
12	金 体育指導 子育て相談	26	金	お帳面預かり	
13	土 ひかりクラブ 土曜保育	27	土	土曜保育	
		28	日	大音楽会 松原市文化会館 (集合 9:15 少コアラつぼみ/ 12:15 中長)	
15	月 避難訓練 少プログラミング	29	月	振替休日	
16	火 音楽指導	30	火	つぼみ2・コアラプログラミング ★ピクニック Day 未就園児園庭開放	
17	水 英語指導(長中)	31	水	英語指導(長N中N) 母の役員会	Piyo2

◆ 9日(火) 始業式 午前保育 メロディオンをお持たせください。



※メロディオンは唾抜き、パイプの洗浄(水洗い)をしておいてください。鍵盤や本体は水で洗うと故障しますので、表面を拭いてください。

◆ 10日(水) 音楽会の座席を決めるくじを子どもたちに引いてもらいます。欠席された方は、残りくじとなります。

◆ 28日(日) 大音楽会 プログラムは1月中旬ごろにお渡しします。

◆ **30日(火)ピクニックDay 全園児お弁当の日(厨房はお休み)** 音楽会を頑張った後のお楽しみ Day です。満面の笑みを浮かべて朝からハイテンション! ホームクラス利用の方は、おやつも持参して下さい。つぼみ組さんの朝のおやつは園で用意します。午後のおやつはお持ち下さい。



朝夕寒さが厳しくなってきましたね。タイツを履いたり、通園時に上着を着てもかまいません。上着は、園に着いたらお持ち帰りください。バスの方もバス停で脱がせてお持ち帰りください。なお、ホームクラスを利用される方は、上着をそのまま園においてかまいません。バス通園の方もその旨を添乗員にお伝えください。上着が入る巾着袋、手提げかばんなどに入れてお持たせください。

★上着… ロングコートは×、フードは×(遊具にひっかかるので危険です)

★手袋、マフラーは使いません。お持ち帰りください。

★名前を忘れずに! 上着・かばん・巾着すべてにお名前を書いてください。

★タイツは、黒、紺、白、グレーなど、地味な色が好ましいです。



用品代が一部値上がります。
 業者さんからお知らせがあったように、
 R6年1月から「ひかりのくに」さんの用品価格
 が値上がります。何卒ご了承のほど、お願い
 いたします。

1月未就園児園庭開放

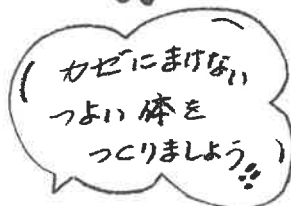
- 11日(木) 園庭開放 0~1.5歳児 10:30~11:30
- 13日(土) ひかりクラブ 10:30~11:30
(園庭開放 10:00~12:00)
- 30日(火) 園庭開放 10:30~11:30

【2月の予定】

- 1日(木) 消防豆まき 10:30~
- 6日(火) 未就園児園庭開放日(0~1.5歳児) 10:30~11:30
- 13日(火) 観劇「みにくいあひるの子」
- 15日(木) 未就園児園庭開放 10:30~11:30
- 16日(金) 年長組のサッカー大会 保護者の観覧あり
予備日3月1日(金)
- 20日(火) (中) おやつクッキング
- 22日(木) 新入園児用品販売 11:00~12:30
- 24日(土) ひかりクラブ 10:30~11:30
(園庭開放 10:00~12:00)
- 26日(月) (長・つばみ) おやつクッキング
- 27日(火) (少・コアア) おやつクッキング
- 28日(水) (長) 卒園写真撮影



子育てミニコラム(1月号)



寒い冬を乗り切るには、厚着をせず普段から**体力**をつけること、そして**温かい食べ物**を体に入れて、
 身も心にも**パワー**をためておくことがいいと思います。

そこで今回は、温かい食べ物にはぜひ添えてみていただきたい、**香酸柑橘類**について調べてみましょ
 う。

大きさ順位 1

2

3

かぼす	ゆず	すだち
<ul style="list-style-type: none"> ● 大分県が主 ● テニスボールぐらいの大きさ ● 酸味が強く独特の香り 主に、果汁に使う。 ビタミンC・クエン酸が食欲UP 胃腸の働きの促進 疲労回復 ● ポン酢や焼き魚に絞り汁を使う。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 高知県が主 ● 凸凹していて、中ぐらいの大きさ ● 強い酸味、独特の香り 主に皮の部分を使う。 果汁はポン酢や鍋物に使う。 <u>クエン酸、酒石酸、リンゴ酸、</u> <u>ビタミンC</u> 疲労回復 冷え性の改善 ● 皮をむき、吸い物・土瓶蒸しなどに少量入れる。 入浴剤、化粧品、アロマなどにも使われている。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 徳島県が主 ● ゴルフボールほどの大きさ ● 爽やかな香り、ほどよい酸味 主に絞り汁で使う。 ビタミンC・クエン酸 食欲UP ● 焼き魚、さしみ、とうふ、そうめんなどに絞る。

疲労回復効果に期待したい時

華やかな香りに癒されたい時

酸味と香りのスパイスを加えたい時

- * **クエン酸**とは...? 人間のエネルギー生成や、疲労回復に必要な成分
体内に入ると、アルカリ性に変わり、血流のバランスを保つのを助ける。
- * **酒石酸(しっせきさん)**とは...? 酸味のある果実に含まれる有機化合物
- * **リンゴ酸**とは...? 疲労などに効果がある化学物質

【香のスパイス】を**プラス**して、料理の腕を奮ってみてはいかがですか・・・!!