

## <行事予定について>

2月17日(土)・・・保育参観日を予定しています。詳細については後日、手紙を配布いたします。

22日(木)・・・内科検診を午後から行ってまいります。お子さまの健康面で気になることがあれば検診の日までにお伝えください。

3月14日(木)・・・ゆりぐみの防災教室を予定しています。広島市防災センターへ行き、体験学習を受けます。

16日(土)・・・ゆりぐみの卒園式を予定しています。

下旬頃・・・お別れ遠足を予定しています。

## <お知らせ>

先日、手紙を配布させていただきました通り、2月11日(日)より園児用トイレの改修工事を行うこととしました。

工事期間中、駐車場の一部を工事車両の駐車スペース等として施工業者が使用する為、駐車スペースが減少することから保護者の皆様には、保育時間内に送迎が完了できるようご協力お願いいたします。

駐車場が込み合っている場合には、お声を掛けさせていただきます。また、工事期間中は工事車両や施工業者の出入りや資材搬入等もありますので送迎の際にお子さまから目を離されないようご注意ください。

工事に伴いご不便をおかけいたしますが何卒ご理解とご協力の程よろしくお願いいたします。

## <よく噛んで食べる>

ひまわりぐみがたくあん作りをしたり、各クラスがクッキングをしたりと食育活動を通して、食べることを楽しむ姿があります。食べる時の大切にしたい事の一つとして「よく噛んで食べる」があります。

よく噛んで食べることで様々な効果があります。

◇肥満の予防になる・・・満腹中枢が刺激され、食べすぎを防いでくれる。

◇味覚が発達する・・・素材の味や旨味がわかるようになる。また、食べものの形や固さも感じられるようになる。

◇言葉の発音がはっきりする・・・口の周りの筋肉やあごの発達がよくなり歯並びや発音がはっきりするようになる。また、表情もよくなる。

◇脳の発達により・・・噛む刺激は脳細胞を刺激したり、脳の血流をよくしたり、脳を活性化する効果がある。

◇歯の病気予防・・・噛むことで唾液がたくさん出て、唾液の自浄作用により虫歯などの病気の予防になる。

◇体力増進と全力投球・・・噛まずに食べると食材が大きな状態で胃や腸に入り、腸内での消化に時間がかかり、体が疲れやすくなります。噛むことであごが発達し、噛み合わせや歯並びもよくなり、力をしっかり出す時に歯を食いしばれます

## <お願い>

◇お迎えの後、園庭や道路で遊ぶとケガに繋がりますので遊ばずに帰りましょう。また、駐車場や道路も子どもの姿が見えにくいので十分に気をつけてください。

◇感染症にかかりやすい時期です。十分な睡眠や食事をしっかりとること、規則正しい生活リズムは予防の第一歩です。体調面に留意し、体調が悪い場合は長引かないよう、早めの受診をお願いします。