

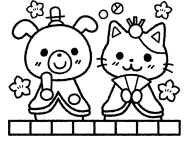
令和3年3月1日

# 3月 ちびっこの森通信

vol.46

## ☆★今月のテーマ★☆

- ・ひなまつり会や発表会など季節の行事を楽しむ。
- ・身近な自然の変化に気づき、春の訪れを知る。



## うさぎぐみ(0歳児)だより

今年度もいよいよ最後の3月を迎えることになりました。思い起こせば、身長が伸びただけでなく、顔つきもしっかりとしてきましたね。喃語ながらも発語は順調で、その表情とも相まってコミュニケーションに事欠きません。節分会で鬼の登場にはさすがに後ずさりでしたが、(唄や踊りの段になると)機嫌も戻り、元気に身体を動かし楽しむ様子が窺えました。みんなは目下のところ発表会で披露する表現遊びに頑張っています。一人ひとり名前を呼ばれると、「は〜いっ!」と元気よく応えたり、表現遊びでは保育スタッフの動きを一所懸命に真似して練習に没頭しています。ただ、人前で行う本番でも同じようにできるかどうかは疑問符がつきますが、今は物怖じせずに取り組んでいますので当日を楽しみになさって下さい。



## うさぎぐみ(1歳児)だより

先月の目玉行事・節分会では大涙の連続でしたが…最近、みんなは”順番”という言葉を理解した行動をしたり、手洗いも手先、手の甲や平としっかりとできるようになってきました。公園の外遊びでは、すべり台、追いかけてこの身体を動かすことから地面にお絵かきをしたりとそれぞれがお気に入りの遊びを満喫しています。大好きな電車見学では「かもつかな?」や「ふつうのでんしゃかな?」など、こどもたちなりに推理ゲームを楽しむような会話で盛り上がっています。発表会練習では、自分の事に加え、全体の流れやお友だちの事にも思いを寄せられるようになってきました。この調子で、みんなと力を合わせ意欲的に取り組み、いい形に仕上がるといいのですが…そんな子どもたちの生き生きとした姿を披露できる発表会が無事に開催できることを願っています。本番を楽しみにして下さいね!



## ぱんだぐみ(2歳児)だより

肌寒い日々の中、ポカポカ陽気で時折驚かされる今日この頃。いよいよ今年度も最終月の3月がスタートします。この1年を振り返ると、園で最年長という自覚も日に日に増し、逞しさと凛々しさが見られるようになってきました。朝の会では、国名だけに止まらず首都まで答え、たし算カードでは無作為に出したカードを正確に答えたりと、こどもの無限の可能性を改めて感じています。トイレトレーニングや衣服の着脱等の生活基礎習慣もそれぞれのペースで定着化してきています。そんな子たちの能力が発揮されるのが発表会と言えます。(劇中の)少数でのセリフの掛け合いに(鉢の)リズム打ち練習に励んでいます。こどもたちも前向きに取り組んでくれていますので晴れ舞台はきっと…どうぞ当日をお楽しみなさって下さいね!!



### ～行事予定～

- ・英語教室 …2日
- ・ひなまつり会…3日
- ・体操教室※…3日(2歳児)  
17日(0・1歳児)
- ・発表会、巣立ちの会…13日
- ・身体測定…16日
- ・リトミック教室 …22日
- ・誕生日会 …23日
- ・避難訓練 …25日
- ・内科検診 …29日

※…当日は、体操服着用で登園して下さい。

### ♪今月の唄♪

- ★うれしいひなまつり
- ★おもいでアルバム
- ★ドレミのうた

### ～第4回発表会・巣立ちの会について～

掲題につきましては、下記の通り開催予定です。

- ・日時 令和3年3月13日(土)  
午前9時～午後12時
- ・場所 当園内

なお、詳細は別途、ご案内しますが、感染症対策の為、①月齢毎の分散開催と②一家族一人の参加とさせていただきますのであらかじめご了承下さい。なお、発表会終了後に2歳児の巣立ちの会とさせていただきます。

### 給食だより

ロールキャベツの主役からとんかつなど揚げ物の付け合わせといった脇役まで食卓に顔を出す頻度が多いキャベツ。このキャベツには、葉がしっかりと巻いていて甘味が特徴なので煮込み料理に適した冬ものに、フワッと巻きゆるく生食に適した春ものと夏場は高冷地栽培の夏秋ものがあることから今や1年中で目にすることが出来ます。他にも、葉のわき芽が結球する芽キャベツや、逆に不結球のプチベールも人気ですし、アントシアニンを含む紫キャベツや、葉がちりめん状のサボイキャベツなど、個性的な品種が豊富なのも特徴です。その栄養素ですが、ビタミンC、ビタミンU、カロテンや食物繊維などが豊富です。ご存知のように、ビタミンCは風邪予防、疲労回復や美肌づくりによく、ビタミンUは(胃腸薬として馴染み深い)キャベジンとも呼ばれ、胃腸の粘膜の新陳代謝を活性化させる成分で、胃腸壁の修復強化や胃液分泌を抑制する作用があります。特に、これから最盛期を迎える(冬キャベツに比し)春キャベツに多く含まれるビタミンCは水溶性で加熱すると成分が壊れやすいので最初に葉を流水で洗い、包丁で刻み、甘みずみずしいキャベツをサラダや和え物で食べ、栄養素を十二分に摂取できるようにしましょう。そうすれば、季節の変わり目に旬の栄養素を余すことなく摂取し、体調を崩しやすい身体の状態を保つのも一役も二役も買って頂けること請け合いです。そして、別れと出会いの季節を元気に過ごしていけるようにしましょう!!

