

とちの実 支援センターだより

2024年 1月号 NO.173

新年明けましておめでとうございます。2024年も始まりましたね。今年もよろしくお祈りします。
お正月は実家の家族や親族のみなさんたちとお正月料理を囲み賑やかなひと時のことと思います。
子どもたちにとっても楽しい時間になることとおもいます。

1月は、食事についての新たな企画をしています。予約制にはなりますが、親子でのクッキングや食事について栄養士との食事相談会も予定しています。ぜひ、いらしてください。

<和食の魅力とは>

和食は日本に昔から伝わる食文化です。ごはんを中心に、汁物、おかず2品の「一汁三菜」の食事が基本となります。そして、栄養のバランスがとりやすいです。

○多彩で新鮮な食材と持ち味の尊重

海・山・里からの様々な食材に恵まれ、素材そのものの味を大切に料理がたくさんあります。

○年中行事との深いつながり

季節や人生の節目に行われる行事には、健康や幸せへの願いが込められています。

OSDGs と和食: 保存食や発酵食品の活用など、食べ物を無駄にしない和食の工夫や知恵は、地球を
保存食や発酵食品の活動など、食べ物を無駄にしない和食の工夫や知恵は、地球を守るSDGsに
の視点からも注目されています。

次の世代にも和食の良さを伝えていきたいですね。

<親子でクッキングをしよう>

親子で一緒にみそ汁作りをしましょう。みそ汁を飲んだ後は、離乳食についての相談会があります。

日時: 1月31日(水) 10:00~11:00味噌汁づくり

11:00~11:30分 栄養士との食事相談会

* 3組までの予約制になっています。直接来て頂くか、電話での予約をお願いします。

<長井のけん玉スパイクファミリーさんがとちの実保育園にきます>

日時: 1月30日(火) 10:00~11:00 在園児(3~5歳児)対象にパフォーマンス&レッスンを
してくれます。見学にはなりますが、けん玉に興味がある方はぜひ、いらしてください。

<園庭であそぼう>

保育園の園庭で遊びましょう。園庭には、「イーベスター」という名前の滑り台があります。
また、高さの違う2種類のブランコもあります。自分の身体やその時の思いに合わせてブランコを
選んでいます。雪が積もっていれば、一緒に雪遊びもしましょう。

日時 1月17日(水) 9:30~11:30まで

14:00~16:00まで

* 事前の予約制ではないので、ご都合の時間帯に来ていただければと思います。

寒くない服装(スキーウェア、手袋、帽子等)で来ていただけたらと思います。



<大きくなったかな>

身体測定カードを(1年間)準備しています。★ 気軽に、声をかけてくださいね。

年末・年始休み 12月25日(月)~1月5日(金)までとなります。

「利用にあたってのお願い」

- 希望の方は園庭でも遊べるので、着替え、タオル等をご持参ください。
- 利用人数把握のため、可能な方は事前に電話連絡をお願いします。
- マスクの着用、手指の消毒は、個人の判断でお願いしています。
- 園内での飲食は、ご遠慮ください。
- 風邪症状のある方は利用を控えて下さい。

とちの実保育園 支援センター 山形市南四番町3-11 TEL023-666-8899