





たましまひろば 2月号

風邪に負けない体を作ろう!! その為には免疫力をアップさせる事が大切です!!

1) 規則正しい生活を送る 2) 十分な睡眠をとる 3) バランスよく食事をする 4) 笑うことが免疫力アップにつながります。大声で笑ったり、つくり笑いをしたりするだけでも、細胞が活性化されるそうです。家族で会話を楽しみ、寒い時期を元気に乗り切りましょう(〇〇)/

	5日(水) 10:00~11:30	12日(水) 10:00~11:30	18日(火) 10:00~11:30	26日(水) 10:00~11:30
2月の予定	◎園庭開放 園庭の遊具を自由に 使ってください 「ホットタイム」 	◎室内開放 「小麦粉粘土遊び」 ◎園庭開放 園庭の遊具を自由に 使ってください 「ホットタイム」 	◎室内開放 「ひな人形づくり」  ◎園庭開放 園庭の遊具を自由に 使ってください 「ホットタイム」	◎室内開放 「誕生会」「身体計測」 お楽しみや触れ合い遊び もあります。 お誕生日以外のお子さん もお越し下さい  「ホットタイム」

3月の予定

4日(水)
園庭開放
10日(火)
誕生会



<今月のわらべうた> ~アルフス一万尺~

2人で向かい合い、下記の①~⑩の動作を4回くり返す。

ア  ① 1回手拍子。	ル  ② 相手と左手を合わせる。	フ  ③ 1回手拍子。	ス  ④ 相手と左手を合わせる。
いち  ⑤ 1回手拍子。	まん  ⑥ 両手を合わせる。	じゃ  ⑦ 1回手拍子。	く  ⑧ 指を組んでそらせ、手のひら側を相手に向けて合わせる。
こや  ⑨ 2回手を叩く。	り  ⑩ 右ひじを立て、左手でさわる。	の  ⑪ 左ひじを立て、右手でさわる。	う  ⑫ 腰に両手をあてる。
えで  ⑬ 左手をのばして、ひじのあたりに右手を置き、互いの右ひじを左手でつかむ。			



悩んだ時は、いつでも保育園を尋ねてください

~地域貢献支援員(スマイルサポーター)のいる保育園です~

子育ての悩み、子育て以外の相談・悩み(介護・病気・暴力...)にも力になります。看護師・栄養士も笑顔で待っています。どうぞ、お越しください。



社会福祉法人 親和会 玉島保育園

〒567-0845 茨木市平田二丁目36-13

TEL 072-635-5700