

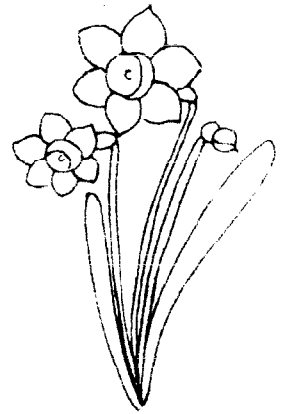
サンガ通信

〒252-0326
相模原市南区新戸5195-4
サンガこども園
TEL046-255-0148

2011年2月1日 発行

保育目標

- ① 自分を信頼し、他人を信頼できる子ども
- ② 心豊かで思いやりがあり、みんなと楽しく遊べる子ども
- ③ 良く遊び、良く食べ、良く寝る元気な子ども
- ④ 豊かな感性、創造性、知性のある子ども



2月の予定

- ・ 1日(火) 防災訓練
- ・ 3日(木) 豆まき
- ・ 21日(月)～26日(土) 身体測定
- ・ 誕生会



2月は1年の中でも最も感染症が流行する時季です。特に、子どもは咳が出始めると咳き込んで食べられなくなったり、眠れなくなったりしてとても辛いものです。子どもが咳をし始めたら注意をして様子を見て下さい。

そして日頃からの予防は本当に大切です。そこでおばちゃんおすすめの、咳を鎮める効果のある「れんこん」を紹介します。

今が旬 れんこんはビタミンC豊富

11月～3月が旬の蓮根は、大根の3.7倍、みかんの1.5倍量のビタミンCが含まれています。ビタミンCは熱に弱いのですが、蓮根はでんぷん質が多いので、加熱してもビタミンCを残すことができます。この他に、胃壁を保護するムチン質、心臓や筋肉の機能を調整する働きがあるカリウムも多く含みます。

すったり細かくしたりして餃子や味噌汁に入れてもおいしいですし、蓮根きんぴらや蓮根のてんぷら、蓮根の煮物も子どもたちに人気です。離乳食でも大活躍の蓮根、ぜひご家庭でもおいしい今の季節に蓮根をたくさん食べて、丈夫な体を作りましょう。

おたんじょうびおめでとう

ちゃん

2月26日生まれ 4歳



飲み薬についてお願い

※名前

※服用する時間

を容器や袋に明記し、

1回分のみをお持ち下さい。



あたらしい おともだち

くん

3月1日生まれ 1歳11ヶ月

ちゃん

1月31日生まれ 1歳



※風邪やインフルエンザが流行する時季についてのお願い

発熱はしていなくても、咳や下痢・嘔吐がひどい場合は、登園をお控え下さい。無理に登園をすると大概は症状が悪化し、お子さんに負担がかかります。緊急の預け先、または職場の調整等、お子さんが体調不良になった場合に備えた事前の対策をご準備お願い致します。