



2026

どんぐりだより

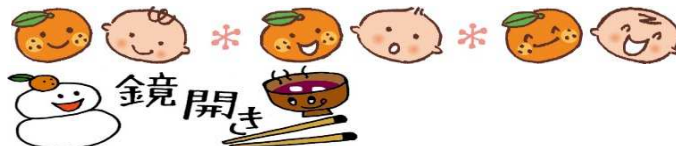


どんぐり保育園 南城市玉城字富里 1 3 6 - 2 TEL 948-2937 FAX 948-3445

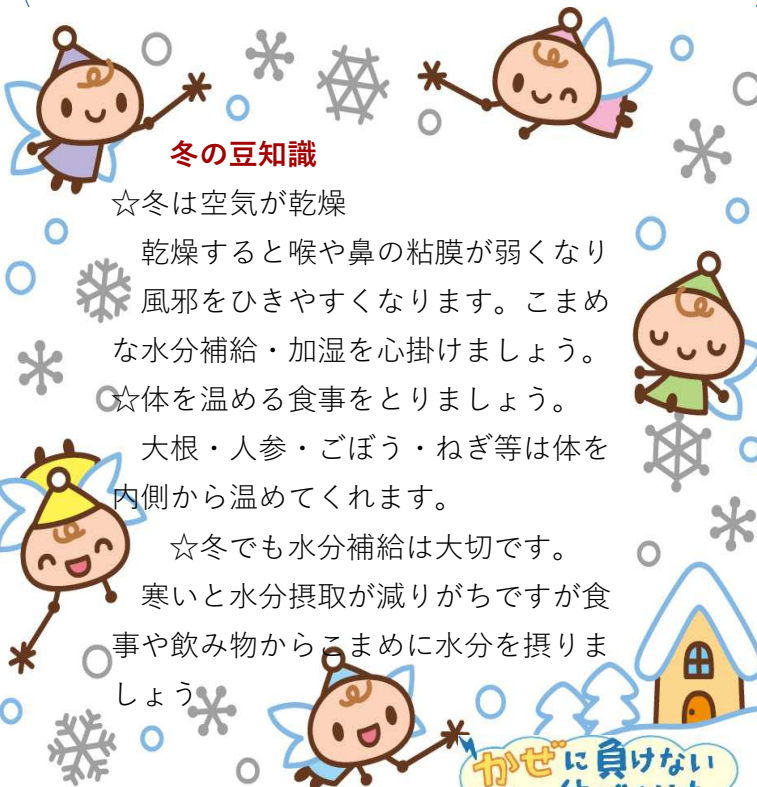
明けましておめでとうございます。

年末年始のお休みはいかがお過ごしでしょうか。ご家族でゆったりとした時間を過ごされていることと思います。年明けは気持ちや生活のリズムが変わりやすい時期ですので、子どもたち一人ひとりの思いを大切にしながら、新年の園生活を迎えていきたいと思っています。

本年もどうぞ宜しくお願いいたします。



鏡開きはお正月に飾った鏡もちを下げ、1年の健康や幸せを願いながらいただく行事です。固くなったお餅を割って食べることで神様から力を分けてわけてもらおうと言われています。ご家庭でお供えしたお餅があれば日本の伝統行事に親しみながら、ご家族で楽しんで下さい。



冬の豆知識

☆冬は空気が乾燥

乾燥すると喉や鼻の粘膜が弱くなり風邪をひきやすくなります。こまめな水分補給・加湿を心掛けましょう。

☆体を温める食事をとりましょう。

大根・人参・ごぼう・ねぎ等は体を内側から温めてくれます。

☆冬でも水分補給は大切です。

寒いと水分摂取が減りがちですが食事や飲み物からこまめに水分を摂りましょう。

七草がゆ（1月7日）ってなあに？

お正月のごちそうを一杯たべて疲れたおなかを休め、一年の健康を願って食べるのが七草がゆです。春の七草（せり・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ）が入ったおかゆで昔から無病息災を願う日本の風習として親しまれています



こしもよろしくおねがいします



※12月の苦情は有りませんでした。