

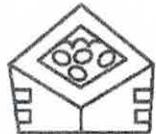
# すくすくだより

このおたよりでは、絵本や食、健康にまつわる様々な情報を発信していきます。



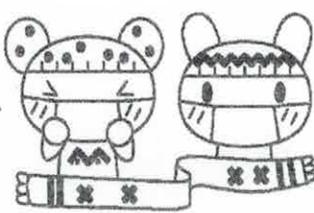
## 節分で家族間のコミュニケーション

2月は「節分」の行事があります。「福は内、鬼は外」と声を出しながら、お面をかぶった「鬼」に豆をぶつけて、玄関から家の外へ。豆を自分の年の数だけ食べると、1年間は無病息災で過ごせると言われています。このような行事の際にぜひ、子どもとのコミュニケーションを図りましょう。日本の伝統や風習を通じて、感性を養ってほしいものですね。



**かぜが流行しています**

かぜをひかないために、帰宅直後に必ず手洗いとうがいをし、適度な水分をとらせてください。のどの乾燥も、かぜをひく要因の一つです。



**温かい食べ物**

朝食で温かい食べ物をおなかに入れると、ポカポカしたままで登園できます。スープやみそ汁など、温かい汁物は、おなかの中から体中を温めてくれますよ。

## 本の紹介

「もうじきたべられるぼく」  
 作：はせがわゆうじ 出版社：中央公論新社  
 「うんめい」を受け入れた子牛の「ぼく」が、最後にしたかったことは……  
 静かで優しく、切ないけれど愛に満ちた物語。  
 読み終えたとき、きっとあなたの「いただきます」が変わります。

もうじきたべられるぼく

