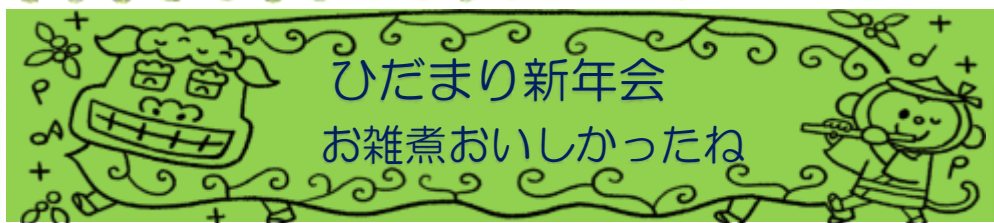


1年でも寒さの厳しい時期になりました。“この寒さを乗り越えたら春が来る”と自分に言い聞かせています。おうちでなかなか雪遊びはできないと思いますが、支援センターの園庭は南向きにあるので、ポカポカ♡お日さまの日差しがある時は雪遊びをしましょう。みんなと一緒に無理なく遊べます！そして毎年お母さん方は雪だるま作りがとても上手です♡親子で季節のあそびを楽しみましょう。



《1月19日ひだまり新年会》4年ぶりに芋だんごのお雑煮をみんなで味わえました。みんなで食べられる行事ができるようになって良かったな～。大根やにんじんもおいしそうに食べていましたね。お母さんもお腹いっぱいになったかな。親子で「3びきのこぶた」を観て、福笑い、紙風船、こま、凧揚げに風車の昔あそびを楽しみました。

メロンキッズさんはお雑煮チームと人形劇チームで大活躍してくれました。

☆参加者からの感想です☆

「ひだまり新年会に参加して」

今年の新年会は今までできなかった食事をみんなでできるようになったということもあり、とても楽しみにしていました。

人形劇をみたり、お正月あそびの風を持って走ったりとすごく楽しそうにしていた良かったです。

用意してくださったお雑煮はとても美味しく残さずに食べましたし、母もついおかわりを…笑 来年もまた参加できたらいいなと思います。 (こぐまひろば 母)



「子どもの栄養とおやつに参加して」

こどもの体を作るために必要な栄養は、毎日の食事が大切だと再認識できました。特に「おやつは食事で摂りきれなかった栄養を補うためのもの」というお話が印象的でした。家では市販のものをおやつにしていたのですが、塩分や糖分、栄養のことを思うとあまりよくないんだな。と日々の食事も含め反省しっぱなしでした。

毎日栄養のことを考えた食事を作るのは正直大変で難しいですが、ジャンクフードは程々にしたいです。

せっかく教えていただいた
おとうふパンは
作ってみたい
と思います。

(こぐまひろば 母)

