



# きたっこ

R8 (2026) 年2月  
伊丹市立北保育所  
TEL 770-1217

まもなくすると暦の上では春ですが、暖かかったり急に寒くなったりと体調管理や衣服の調節など難しいですね。そんななかでも子ども達は、氷や霜柱を探したり転がしドッチボールや鬼ごっこをしたりと友だちと関わりながら歓声をあげています。子ども達と一緒に冬から春への移り変わりを発見・体感しながら今月も色々な遊びを楽しんでいきたいと思います。



## 2月の行事予定

3日(火) 節分  
3日(火)・4日(水) 身体計測  
9日(月)・10日(火) ばら組参観  
14日(土) みんなであそぼう会  
(さくら・ゆり組)  
18日(水) 町の先生(乳児おはなし会)  
19日(木) 避難訓練  
20日(金) 交通安全教室(ゆり組)

## 3月の行事予定

3日(火) ひなまつり  
3日(火) 4日(水) 身体計測  
6日(金) お別れ遠足  
(ばら・さくら・ゆり組)  
10日(火) 避難訓練・引き渡し訓練  
11日(水) お別れ会  
12日(水) 卒園式  
※お別れ遠足、卒園式の  
詳細は後日お知らせします。



## 食育だより

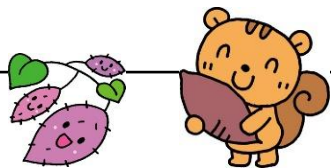
風邪をひきやすい季節は食事で免疫力を高めましょう。朝は味噌汁や納豆など発酵食品を、毎回の食事には、魚、肉、大豆製品などタンパク質を多く含む食品、体の調子を整えるビタミンを摂り、丈夫な体を作りましょう。

### 免疫力を高めるためにおすすめの食材

- 殺菌、ウイルスの侵入を防ぐ→にんにく
- 腸内環境を整える→納豆・漬物・ヨーグルトなど
- 体の調子を整える→こまつな・ほうれんそう
- 殺菌作用が働き、血行を良くして体を温める→しょうが
- 胃の消化を助ける→大根



※ビタミンCを多く含むさつまいもは焼く、炊く、揚げるといった調理の中でも栄養が失われにくく、甘みがあり、お子さんが食べやすいので特にお勧めします。



## ＜お知らせ・お願い＞

- 以前からお願いしていますように、icucoでの欠席・遅刻の連絡は8時45分までです。それ以降は電話連絡をお願いします。
- 保育所では原則、**薬を預かりません**。風邪症状や体調が悪く薬を服用しなくてはならない場合はご家庭でゆっくり静養していただきますようご協力をお願いします。
- 送迎時には保護者名札を見える所につけてください。不審者の侵入防止と子どもの安全を守るためにご協力をお願いします。
- 車で送迎をされる際には、駐車場内でのスピードの出し過ぎに注意してください。安全の為ご協力をお願いします。
- 名前のない衣類が多くあります。名前が消えていないかの確認もお願いします。上着や靴下、外靴等にも必ずフルネームでの記入をお願いします。
- 3月10日(火)に引渡し訓練を予定しています。いつもの迎えの時間で行いますので仕事を休んでいただく必要はありません。詳細は後日お知らせします。