



アッピーちゃんクラス  
おたより (第8号)

平成30年11月  
古牧あいぱう幼稚園

朝夕はぐっと冷え込み、北風に身がすくむ日もあります。園庭の木々も葉を落とし、冬の訪れを感じる今日この頃です。

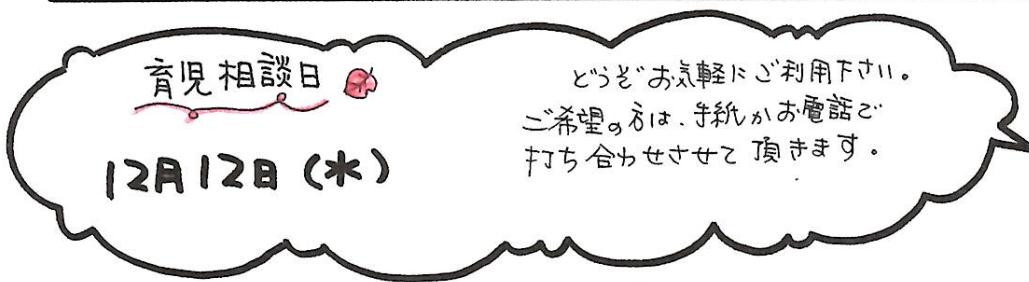
風邪や感染性の病気が流行する季節です。手洗いうがいを習慣化し、早起きやバランスのよい食事、体を温めるなど体調を整え、この冬も元気にのりきりましょう。

12月のアッピーちゃんクラスも楽しいことを沢山計画しています。  
お休みはないで元気で来て下さい。お待ちしております。



## 12月のアッピーちゃんクラスは ...

|   |   |   |
|---|---|---|
| 4日(火)<br>クリスマス会                                   | <持ち物><br>上はき、着がえ、水筒<br>コップ。※親子分                   | ・アッピーちゃんクラスでクリスマス会をします。<br>どんな楽しいことがあるかな？準備して下さい。<br>・親子でお茶会をします。                       |
| 11日(火)<br><small>誕生日会</small><br>親子ごからべた<br>やさしいも | <持ち物><br>上はき、着がえ、水筒<br>手ふき                        | ・やさしいもをします。<br>焼き芋かるまと間は、からべたを楽しめましょう。  |
| 18日(火)<br>もちつき                                    | <持ち物><br>上はき、着がえ、水筒<br>室の弁当箱、コップ、はし(フォーク)<br>※親子分 | ・在園児のもちつきに一緒に参加します。<br>・10時10分開始です。間に合うようにおいで下さい。<br>・つきたこのおもちを食べましょう。<br>・暖かい服装で来て下さい。 |
| 25日(火)<br>ゆうきじつひ<br>あいぱう                          | <持ち物><br>上はき、着がえ、水筒                               | ・体を沢山動かして元気めしょ。<br>・ホールのあそび4つあります。  |



ニンジン・レンコン・コボウなどの根菜類には、体を温める効果があります。  
冬の野菜に含まれるビタミンCやEは冷え性/寒えを防ぎ、かぜをひきにくく  
したり、回復力を高めたりします。旬の野菜をシチュー・スープなど  
食べると体がぽかぽかになります。おいしく食べて元気へ過ごしましょう。

