

気温が低くなり寒い日が多くなりました。これから冬本番ですね。せっかくの北海道の冬 です。外に出て雪遊びやそり遊びを思いっきり楽しみましょう。

認定こども園 ほっこう 北見市北光328-15 ☎22-3371(担当 和知) 認定こども園 北進 北見市北進町4丁目10-27 ☎22-3932(担当 藤川)

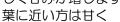


# 旬の花~ポインセチア

鮮やかな赤と緑がクリスマスの雰 囲気を盛り上げます。花のように 見えるのは葉が変化したもので す。最近はピンクや黄色もありま すね。

## 旬の食べ物~だいこん

年中出回りますが、寒 い時期の方がみずみず しく甘みが増します。



下に行くほど辛みが増えます。大 根おろしの消化酵素は消炎・殺菌 効果があり、体にいい野菜です。

#### 予約なしです。気軽に親子で遊びにきてね! 1月の予定

日時	場所	内容
1 <b>0 日 (金)</b> (10:00~11:00)	認定こども園 北進	「お正月遊び」 カルタ遊び・コマ遊びをします
21 日 (火) (10:30~11:30)	北光児童センター	「作って遊ぼう」 身近な素材を使ってお子さんの オモチャを作ってみませんか?
<b>24 日 (金)</b> (10:00~11:00)	認定こども園 ほっこう	「鬼のお面つくり」 節分に向けて鬼のお面を作ります
<b>29日(水)</b> (10:30~11:30)	美芳児童センター	「そり遊び」 親子で一緒にそり滑りできましまう

## 自分で着れるよ

~着脱の自立~

子どもが自分で やりだがるように なったら着やすく 脱ぎやすい衣服 を準備しましょう。



- ・サイズに少し余裕のある物
- ウエストがゴムか適度に伸びる 素材。
- 最初はボタンのない服で。

## お母さんの援助は…

- ① 前後をわかりやすく伝える
- ② 一部(難しい所)を手伝う
- ③ 指先を使う遊びをたくさん する。 ためしてみてね!