



## ～ほっこりこっこあふれる元氣～ 2025年度 練馬二葉保育園～

謹んで新春のお慶びを申し上げます。新しい年を迎え、皆様には健やかに新年をお過ごしのことと存じます。2026年（令和8年）は午（うま）年ですね。

う 馬のように勢いよく  
ま 前を向いて走り出そう  
ど ドキドキワクワクを胸に  
し 幸せな一年にしていきましょう！

1月は新年の挨拶から始まり、お正月献立、かるたや駒まわし、凧揚げなどのお正月遊び、新春奉納舞や和楽器ワークショップなど、日本古来の文化に触れる良い機会がたくさんあります。ぜひご家庭でも、お子さまと一緒に日本の文化を感じてみてください。

また、年末年始のお休み明けは生活リズムが崩れやすい時期です。感染症に負けない身体づくりを意識し、園でも、うがい・手洗い・栄養・睡眠・運動に気を配っていきます。

月末には幼児の発表会も予定しています。一人ひとりの表現やチームワーク、そしてそこにつながるまでの過程を、温かく見守っていただけたら嬉しいです。ぜひご家族でお越しください。

本年も職員一同、子どもたちと共に笑顔で飛躍の一年にしていきたいと思います。どうぞよろしくお願ひいたします。

園長 堀内由紀

1 2026  
JANUARY



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1 元旦	2	3
4	5 身体測定 (すみれ・ゆり)	6 身体測定 (たけのこ・さくら)	7 身体測定 (たんぽぽ・ばら)	8 乳児健診 魚の解体ショー (ばら・ゆり・さくら)	9 絵画指導 (さくら)	10 懇談会 (たけのこ・すみれ たんぽぽ)
11	12 奉納舞 (ゆり・さくらの 希望者のみ) 成人の日	13	14 体操指導	15 舞指導 発表会園内 リハーサル (ばら・ゆり・さくら)	16 絵画指導 (ゆり)	17 和楽器 ワークショップ
18	19	20 避難訓練 (火災)	21 体操指導	22 誕生日会 リトミック コオーディネーション	23 絵画指導 (ばら)	24
25	26	27 中村小学校 交流会 (さくら)	28 バイキング 給食 (さくら)	29 発表会前日 リハーサル (ばら・ゆり・さくら)	30 発表会 (ばら・ゆり・さくら)	31

※ 体操指導…ゆり・さくら組 舞指導…ゆり・さくら組  
リトミック…たんぽぽ・ばら組 お誕生日会…ばら・ゆり・さくら組  
コオーディネーショントレーニング…ゆり・さくら組



あけましておめでとうございます。

年末年始のお休みは楽しく過ごせましたか？  
久しぶりの保育園で、子どもたちは生活リズムの乱れや  
お休みの疲れなどから体調を崩しやすくなっています。  
生活リズムを整え、体調不良時には無理をせず早めに休むようにしましょう。  
お休み中に感染症にかかる方は、園に届け出が必要です。  
登園時には感染症届出書・登園許可証を忘れずにお持ちいただくよう  
よろしくお願ひ致します。

～こんなときはどうする？お家のケア～



①下痢をしている時

水分を控えると脱水が進みます。  
こまめに水分を取り、  
脱水症状に気を付けましょう。

③嘔吐をしている時

少しづつ水分補給をし、食べ物は嘔吐が治まってから  
消化に良い物を少しづつ食べるようにしましょう。

②咳がひどい時

室内の湿度を保つようにして、  
水分補給をして咳を出しやすくしましょう。  
横になるとときには、頭側を少し高くするよう  
角度を調整してあげることで  
呼吸がしやすくなります。

④熱が高い時

水分補給をし、こまめに汗を拭くようにしましょう。  
寒くて震えてしまうときには  
まだ熱が上がりきっていないので保温しましょう。  
汗をかいて暑く感じるときには熱を下げられるよう  
室温や着ている服の調整をして涼しくしましょう。  
熱が低い時（37°C台）に解熱剤を使用すると、  
熱が上がりきらずに長引く可能性があるため  
なるべく38～38.5°C以上で使用するようにしましょう。



～インフルエンザに要注意！～

もしもインフルエンザかな？と思った時は  
早めに小児科を受診するようにしてください。

通常の風邪よりも症状が重症化しやすいため、十分な休養と睡眠をとり、  
水分補給や十分な栄養をとることが大切です。

園では感染防止のため、

「発症後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで（発症日は0日）」  
出席停止になります。

登園時は、医師が記入した登園許可証の提出が必要です。ご協力を宜しくお願ひします。

看護師 岡村 知歩