

# きらきら



## 2月の予定



※子育て講座・講習会の詳細は「さっぽろ子育て情報サイト」または「さっぽろ子育てアプリ」をご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
受付時間: 月～金 10:00～17:00 ☎011-861-0345		子育て講座 「トイレトレーニング」 受付開始 10:00～	“かみふうせん” 読み聞かせ 15:15頃～15:35頃			
8	9	10	11	12	13	14
サンデーサロン 10:00～12:00		お店屋さんごっこ  ※詳細はきらきら ルーム内のポスター をご覧ください				
15	16	17	18	19	20	21
	ホールであそぼう 10:00～11:00	子育て講座 「トイレトレーニング」 事前申込制 14:00～14:30	“つるばらおはなし会” 読み聞かせ 14:00～14:20			
22	23	24	25	26	27	28

栄養士からの  
メッセージ

### 2月3日は節分です

節分の定番といえば「豆まき」ですが、ほかにも食べ物にまつわるいろいろな風習があります。

#### 年の数だけ豆を食べる

自分の年の数だけ豆を食べると体が丈夫になって、病気にかりにくくなると言われています。

ただし、炒り大豆や落花生、ナッツ類などは、固くて丸く、表面が滑らかなため、誤嚥(ごえん)の事故やのどに詰まり窒息する危険性があります。



**5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。**

#### 恵方巻

福や縁を巻き込んで食べるという意味があり、その年の恵方に向けて食べます。今年の恵方は「南南東」です。



#### いわしを食べる・飾る

いわしを焼いた煙や匂いが鬼を寄せ付けないと考えられています。また、栄養価が高いため、無病息災を願う意味もあります。

こちらをご覧ください

さっぽろ子育て  
情報サイト

白石区のページはこちら



こそだて  
インフォメーション

白石区複合庁舎3階でも  
保育士がお待ちしています

