

# とおりゃんせ通信

NPO法人あかねの和 1月号  
令和4年1月10日発行



あけましておめでとうございます。  
皆様、どんなお正月休みを過ごされましたでしょうか？  
今年は「五黄の寅」（ごうのとら）年で、36年に一度訪れる  
最強金運の年らしいですね。（そうなると跳び上がって喜びます～）



一年中で一番寒い時期を迎えました。  
いろいろな感染症も流行る時期ですので、規則正しい生活と暖かく免疫力たっぷりとなる食事をし、  
体調をしっかりと整えてください。

お子様たちは、毎日「ウンチ」出ていますか？  
毎日「ウンチ」が出ることは、とても大切なことです。



とおりゃんせでは、ご利用されているお子様の\*\*社会面\*\***言語面**\*\*知覚面\*\***身体面**\*\*  
でのバランス・アンバランスの傾向を知り、専門職であるスタッフが様々な手法により、お子様それぞ  
れのバランスが整うように働きかけています。（ワイヤーママ）2021年12月号に掲載されています。

身体は毎日の食べ物で出来ています。

今年も「食」について沢山お伝えしていきますので、ご家庭でもお子様の食べ物について少しずつ  
関心を持っていただけると嬉しいです。

## とおりゃんせのお弁当

\* 本物の出汁、**親鳥の餌**を知っている卵、肉、**近海**の魚。

調味料は**天然**のみそ・しょうゆ・**町内**や**近隣**で収穫した野菜・・・と食材は厳しく選んでいます。

牛乳・小麦粉はつかいません。

身体は、毎日の食べ物で作られます。偏食の強いお子様もいらっしゃると思いますが、少しずつ**ミネラル**  
たっぷりのお食事を取り入れると良いと思います。

☆高齢者の皆様は「オウチの中で、**こける**」事故が多い季節です。  
皆様、どうぞ**こけん**ように～お気を付けくださいね。

