

ほけんだより



ジングルベルが響いてくる季節ですね。子どもたちは寒さに負けず、元気に遊んでいます。この季節はインフルエンザやノロウイルス等、様々な感染症が猛威を振ります。手洗い、消毒など、ウイルスを体に入れない予防も大切ですが、それと同時にウイルスに負けない体づくりも大切です。適度の運動、バランスの良い食事、十分な睡眠で生活習慣を整えることを心掛けましょう。

また、毎日の家庭での健康観察を十分に頂き、風邪症状や体調不良等がある場合は医療機関への受診をおすすめします。園での集団生活により感染症が広がらないようご協力をお願いします。

ポカポカお風呂タイムで心ほっこり、肌しっとり

冬は外気温が下がるので、温かいお風呂でしっかり温まりたいのですが、それは大人だけです。赤ちゃんや子どもは皮膚が薄いため、大人にとっての「ちょっと熱めの湯」では熱すぎます。冬なら37℃から、熱くても40度くらいにしましょう。それくらいが子どもたちの体にとっては適温です。また、湯船に入っている時間は長くても10～15分くらいにしましょう。



【欠席連絡のお願い】

入所前説明でお願いしていますよう、欠席や遅刻をされる場合は、必ず園に連絡をお願いします。もし、欠席をされていて連絡を頂いていなかった場合は、確認のため園から連絡をとらせて頂きます。中には行き違いということもあると思いますが、ご了承下さい。

「各種感染症のわんぱく保育園での対応」について

現在、鳥取県内ではインフルエンザとA群溶血性レンサ球菌咽頭炎の警報が発令中です。これは、鳥取県感染症情報センターが出している鳥取県感染症流行情報で、鳥取県のホームページから知り得た情報です。どなたでもスマホなどで確認できますので是非検索してみてください。

園では手洗い、消毒、換気等の感染予防対策を引き続き徹底して行ないます。また、園児一人ひとりの様子をしっかりと観察して、体調の変化をできるだけ早く気付くことができるよう努めます。

お子さまが普段と違う様子がある場合や家庭内でインフルエンザ等に感染された方がいらっしゃる場合は連絡ノートや登園時にお伝え頂けると助かります。何卒、ご協力をお願いします。

12月の身体測定予定
20日(水)

身長・体重の計測は、毎月行います。
結果を身体測定表に記入しています。



11月の感染症

インフルエンザ 13名



きゅうしょくだより



体を温める食べ物

鍋やうどん、雑炊、シチューなどは体を温めてくれる定番メニュー。長ねぎ、たまねぎ、しょうが、にんにくなどを使うとより効果的です。体が温まって血液の循環がよくなると、免疫機能が高まり風邪の予防になります。朝食にも温かいみそ汁やスープを添えるといいでしょう。

よく噛むための言葉かけ

「モグモグ、カミカミ」と言っても、どうするのがわからない子どもには、子ども自身の手で奥歯に触らせて「ここでカミカミするよ」と伝え、「かんだらどんな音がするかな？ どう、聞こえたかな？」「かんだらどんな味がしてきた？」などと、自分がしっかりと噛むことで感じる感覚を、言葉にできるように働きかけます。食べ物のかみごたえを楽しみながら、ゆっくりと味わって食べましょう。

おすすめメニューレシビ 《 芋ようかん 》

■材料(4人分)

さつまいも 180g
砂糖 25g
粉寒天 1g
水 120g

※ 砂糖はさつまいもの甘さで加減して下さい

■作り方

- ① さつまいもは皮をむいて適宜に切り、柔らかく茹でる。
- ② 茹で汁を捨て、砂糖を加えて、つぶして滑らかにする。
- ③ 別鍋に粉寒天と水を入れてかき混ぜてから熱し、沸騰したら弱火にして約1分煮る。
- ④ さつまいもと混ぜ合わせてよく練り、型に流して冷やし固める。



12月の交通安全

この時期は日を追うにつれ、日没時間が早くなってきて、夕方の事故発生件数が多くなると言われています。お迎え時間帯と重なりますので、余裕をもって交通事故から子どもたちを守る行動をお願いします。

また、園前の駐車場も混むことがありますので、保護者様同士がスムーズに出入りができますよう、ご協力をお願いします。

