



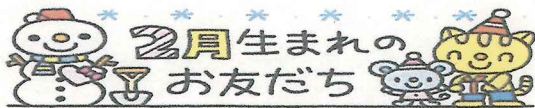
しんまちっこ通信



平成28年2月1日

新町保育園

「鬼は外〜♪ 福は内〜♪」と、元気な歌声が保育室から聞こえてきます。もうすぐ節分。暦の上では、もう春とはいいますが、まだまだ寒さが残り、大人は自然と背中が丸くなるころです。そんな寒さも子どもたちはへっちゃらのようで、園庭からは、元気に走り回って鬼ごっこをしたり、みんなと体を動かして遊ぶ元気な声が聞こえてきます。これから、インフルエンザや胃腸炎など感染症が流行していく季節です。外から帰ったらうがい、手洗いをしっかり行い、予防していきましょう。



ながくら しゅうせいさん (6さい)
ただ あやのさん (6さい)
いわきり とあさん (6さい)
こはら ゆうたろうさん (4さい)
かとう さゆこさん (4さい)
しおや ときおさん (4さい)
いしざき ななせさん (4さい)
ますだ かすみさん (2さい)
さとう はるきさん (1さい)
やまじ しょうまさん (1さい)



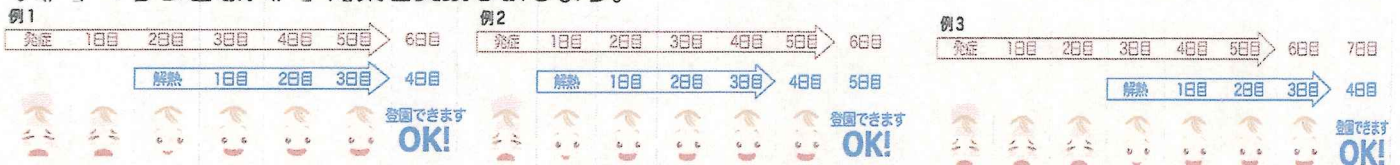
- 2月6日(土)は、保育参観となっています。今年度最後の参観です。日頃の保育園での様子を見ていただき、1年間の成長を感じていただけたらと思います。ぜひ、ご参加ください。※当日は保護者会総会を予定しております。
- 2月12日(金)は、お別れ遠足を予定しています。
場所：新町第1公園
園児のみの参加となります。
詳細は、後日お知らせいたします。



インフルエンザに気をつけよう！



インフルエンザの流行が気になる季節です。急な38.0度以上の発熱や、気になる症状が見られた時などは、早めに医療機関を受診し、検査を受けましょう。インフルエンザとの診断が出た時は、発症から後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過した期間は、お休みをして、しっかり完治してから、(医師の許可が出てから)登園するようにしましょう。インフルエンザを広げないためには、一人ひとりが、「かからない。」「うつさない。」対策を実践しましょう。

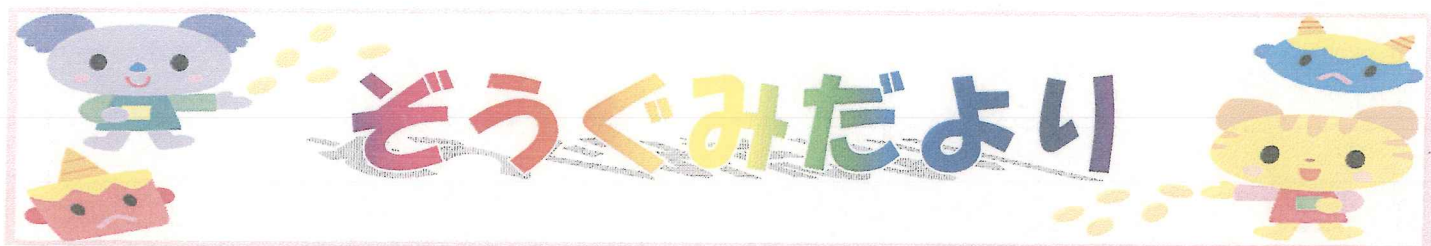


(村野小児科ホームページ参照)

- 外から帰ったら、うがい・手洗いをしっかり行う。
 - しっかりと休息を取る。
 - 流行しているときは出来るだけ人込みを避ける。出掛ける時はマスクをつける。
- など身近な事から、予防していきましょう！



月	火	水	木	金	土
1 安全点検	2	3 節分	4 通報訓練	5 かるた取り大会 (年長児代表)	6 保育参観
8	9 ET	10 スポーツ教室	11 梅まつり (年長児参加)	12 お別れ遠足 ECO保育	13
15 バイオリン教室 リズム遊び	16 観劇会(きりん・ぞう組) 交通指導・散歩の日	17 太鼓教室(年中・年長児) 身体計測	18 身体計測	19 誕生会	20
22 宮学短大生実習	23 (3/4まで)	24 スポーツ教室	25 わらべうたあそび	26 太鼓教室(年中・年長児)	27
29					



今月の目標

- ・仲間意識が高まり、お互いを認め合いながら遊び進めていく楽しさを味わう。
- ・就学への期待や不安を一人一人受け止め、自信を持って生活できるようにする。



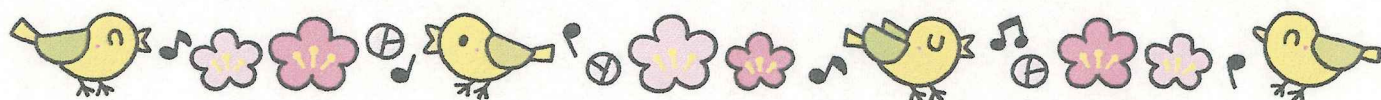
子どもの姿

寒い日が続いていますが、子どもたちは毎日元気いっぱい過ごしています。

就学へ向けてのハンカチの使用もすっかり身についてきました。しかし、ハンカチに慣れてしまって、給食前に交換を忘れてしまう子も出てきています。清潔の大切さを話し、引き続き交換の声かけをしていきたいと思います。

また、1月から当番の仕事の一つとして、雑巾がけを始めました。小学校では掃除の時間があり、自分たちで教室の掃除をすることになりますが、その時に雑巾を絞れなかったり、雑巾がけができない、やり方がわからない子どもが多いと耳にしましたので、少しでも慣れていければと思い、取り入れてみました。年末の大掃除の時には、滑って前に進めなかった子どもたちですが、回を重ねるごとに真っ直ぐ進めるようになってきました。もう少し慣れたら、ほうきの使い方も経験していこうと思っています。ほうきの使い方がわからないお子さんも多いようです。ご家庭でも一緒にされるといい経験になりますね。

子どもたちが戸惑わずに学校生活が送れるよう、就学へ向けてできることを経験させていきたいと思っています。



・2月6日(土)は保育参観です。

親子でクッキングを計画しています。

保護者の方もエプロン・三角巾・マスクをご用意ください。子ども達も必要です。



おねがい

・感染症が流行する季節になりました。ご家庭でいつもと違う様子が見られた際は、登園時にお知らせ下さい。





- ✦ 友だちや保育者と一緒に寒さに負けずに、園庭で思いきり体を動かして楽しく過ごす。
- ✦ 手洗い・うがいの大切さを知り、感染症など予防できるようにする。



鬼のお面作り

先日、節分に向けて鬼のお面作りを行いました。紙皿に好きな色のクレヨンを塗って目や髪の毛などのりでつけました。それぞれどこか作った子どもたちに似ているお面ができました。節分の話をするとドキドキしながらも頑張って鬼を退治すると意気込んでいる子どもたちでした。



お知らせとお願い

- ✦ 2月6日(土)は保育参観です。親子でクッキングを計画しておりますので保護者の方もエプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。
- ✦ 食事後の歯磨きが始まりました。歯ブラシには必ず名前を記入して下さい。また、毛先が広がった歯ブラシを使用すると歯茎を傷める原因にもなりますので定期的に交換をお願いします。



くまぐみだより



☆ 今月の保育目標 ☆

- 友だちや保育者と一緒に体を動かして遊ぶことを楽しむ。
- 思ったことや興味を持ったことをことばで表し、保育士や友達とことばのやりとりを楽しめるようにする。



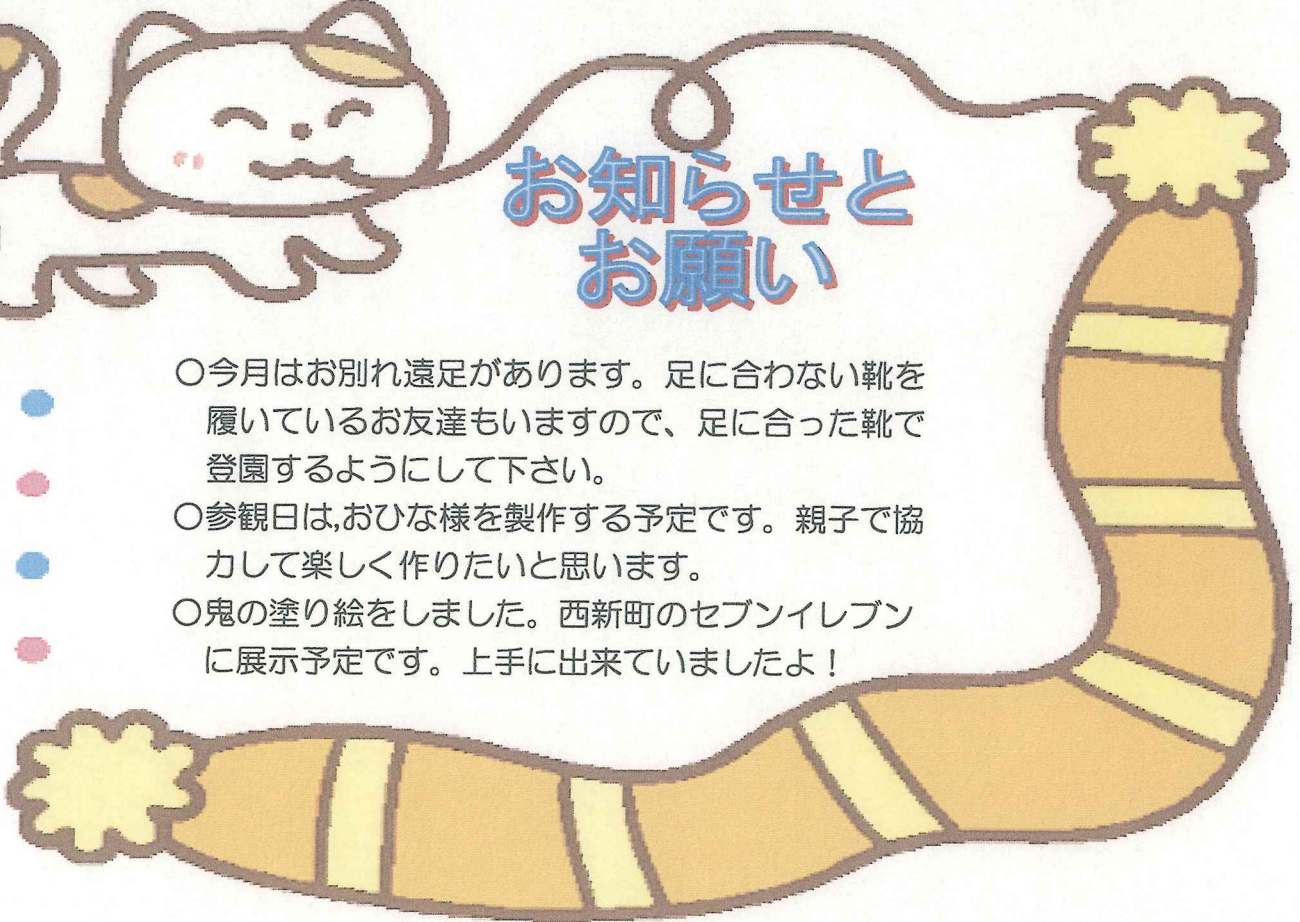
「先生、お外行きたい」朝のおやつの後は、寒くても外で遊びたいくま組です。出ると砂場でままたと遊びをしたり、築山でリング転がしやスベリ台と元気に走り回り、歓声が響き渡っています。ロケットのすべり台では、階段を使わずに側面のリングに手や足をかけ、指先にしっかり力を入れ滑らない様に登っています。途中でズルズルと滑っても、また挑戦！！たどり着くと「ヤッホー」大きな声で手を振り、笑顔いっぱい！「〇〇ちゃんも一緒にすべろう」と声をかけ、繰り返しお友達と楽しくすべっています。

食後は、コップを使ってうがいをしています。まだ慣れない様子の子どももいますが、少しずつ、うがい手洗いが習慣づくようにしていきたいと思います。



お知らせと お願い

- 今月はお別れ遠足があります。足に合わない靴を履いているお友達もいますので、足に合った靴で登園するようにして下さい。
- 参観日は、おひな様を製作する予定です。親子で協力して楽しく作りたいと思います。
- 鬼の塗り絵をしました。西新町のセブンイレブンに展示予定です。上手に出来ていましたよ！





保育目標

☆体調や気温の変化に留意し、健康に過ごせるようにする。

☆戸外で体を動かしながら、冬の自然に関心をもつ。



こ　ど　も　の　姿



暖冬、暖冬と言いながら、急に真冬の寒さがやって来ると大人も子どもも体がついていけない感じですが、そんな寒い日、園庭に霜柱が出ていたので少し取って子どもたちの手に乗せてやると、「冷たい」と言いながら不思議そうに見ていました。また、寒くなって来るとトイレも近くなるので、早めにトイレに行くよう声掛けをしています。中には寒いので行くのを嫌がる子もいます。大きい子たちは、男の子は男子便器でできるようになり、女の子はおしっこをした後トイレットペーパーを自分で取り拭いて流すようになってきました。

ままごと遊びが好きで、ままごと道具やお人形さんで遊ぶときはもちろんですが、ブロックで遊ぶ時も「お弁当」と言って箱を作り、その中にブロックを入れ「はいどうぞ」と持って来てくれるので、食べる真似をするととてもうれしそうです。手提げを持つと「行ってきまーす」とどこ行くの?と聞くと「お買い物」、また、「〇〇ちゃんおいで」「はーい」と友だちと一緒に遊ぶ姿も見られるようになってきました。

小さい子たちは、大きい子の真似をしてみたり、ひよこ組さんから進級してきた子たちは色々な物に興味を示し、ロッカーの中の物を引っ張り出したり、チリ箱を触ってみたり元気に動き回り探索活動を楽しんでいます。



お願い



○同じ紙パンツを持ってくる子が結構いますので、紙パンツにも**名前の記入**をお願いします。

○鼻水や咳の出る子がふえてきましたが、まだまだ寒さが続きますので悪くなる前に、早めの受診をお勧めします。体調管理には十分注意しましょう。





保育目標

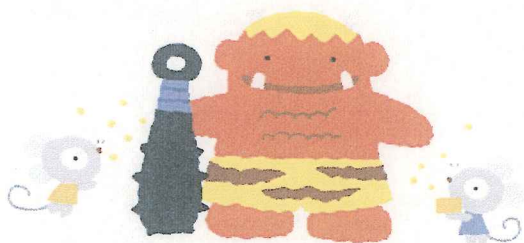
- 寒さに負けず、元気に体を動かして遊ぶ。
- 保育者や友達とかかわりながら、ふれあいあそびやまねっこあそびを楽しむようにする。
- 表情や身振り、指指し、片言などで自分の意思を表そうとする。



～子どもの姿～

手作りおもちゃのマラカスを音楽に合わせて鳴らしリズムをとって楽しんだり、型落としあそびで何度も繰り返して遊んでいる姿が見られます。友達の動きをまねっこしたり保育者の顔をのぞき込み「ばあ」と声をかけてくれたりします。いろんな反応が楽しみなこの頃です

寝返りをうって移動をしたり、ハイハイをして部屋の探索をしたり、よちよち歩きをしながら気に入った玩具を探したり、新年になってとっても行動範囲がひろがってきています。急な寒さに体調を崩してしまうこともありましたが、元気さえ戻ってくればいつものひよこぐみに戻り賑やかな声でいっぱいです。給食も月齢によって内容は少しずつ違いますが、どの子も残さずによく食べてくれます、手づかみやスプーンの練習も少しずつ頑張っています。



お知らせとお願い

- 2月6日は、保育参観を予定していますご家庭では見られないお子さんの姿をお楽しみ下さいさい又お悩みや質問などありましたらお気軽にお話し下さい。
- 2月12日は、お別れ遠足となっておりますのでお弁当、水筒をお願いいたします。
- 爪が伸びていると怪我のもとになります、定期的に点検をお願いします。
- 全ての持ち物に記名があるかもう一度ご確認ください。(下着や上着もお願いします。)

給食だより

日に日に寒さが増すこの季節は、大根・かぶ・ごぼう・さといも・れんこん・しょうがなどの体を温めるものが多い根菜類を積極的にとりたいものです。

きゅうりやトマト、なすなど本来夏に採れる野菜は体を冷やす働きがあり、盛夏に体に熱がたまりすぎないようにしてくれますが、寒い時期にこれらを摂りすぎると、体を冷やしすぎてしまう恐れがあります。

その土地で採れる旬の素材を使って、鍋やスープ、シチューなどの加熱する料理法を多用しましょう。

子どもの肥満



●子どもの肥満とは・・・

子どもの肥満といっても、乳児の肥満は大人の肥満につながりにくいのですが、幼児の肥満は学童の肥満に、学童の肥満は大人の肥満になることが少なくありません。

●肥満の原因・・・

体を使わないで食べすぎが続くと、誰でも肥満化します。消費エネルギーを摂取エネルギーが上回り、余剰のエネルギーが脂肪組織に脂肪として貯えられるためです。

5つの主な原因

1. 親からの遺伝的体質
2. 食べすぎ（過食が肥満の最大の原因です）
3. 運動不足
4. 過保護（子どもの欲しがるだけ、おやつや食事を与えればどんどん太ります）
5. 肥満の家族性（家族の生活習慣があらわれます）

●肥満を防止するポイント・・・

1. 適度な運動をする
2. テレビは連続1時間以上の視聴をしない
3. おやつは時間を決める
4. 1日3食規則正しく食べる
5. 食事は家族といっしょにゆっくり食べる



おいしいけど食べすぎないようにね

(— —)!!



げんきだより



平成 28 年 2 月発行
清武社会福祉会

厳しい寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。でも、低温・低湿の冬は、かぜウイルスが大好きな季節です。かぜを寄せつけないじょうぶな体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

インフルエンザが発生しています。

宮崎県内では、昨シーズンと比較し、4週遅いですが、インフルエンザの流行期にはいりました。咳やくしゃみなどの症状がある場合は、マスクを着用するなど咳エチケットを心がけましょう。一度感染しても違う型のインフルエンザに感染することもあるので予防に努めましょう。

インフルエンザを含め、感染症の予防には石けんによる手洗いが重要です。また、室内では加湿器等を利用して適度な湿度を保ち、定期的に換気をしましょう。そして、できるだけ人ごみを避けましょう。

インフルエンザはどうやってうつるの？

インフルエンザの感染経路には飛沫(ひまつ)感染と接触感染があります。飛沫感染は、感染した人が咳やくしゃみをする事で飛んだ、飛沫に含まれるウイルスを、別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入りこむことです。また、感染した人が咳を手で押さえたあとや、鼻水を手で拭いたあとにドアノブやスイッチなどに触れると、その触れた場所にウイルスを含んだ飛沫が付着することがあります。その場所に別の人が手で触れ、さらにその手で鼻や口、目に触れることにより粘膜などを通じてウイルスが体内に入り感染します。これを、接触感染と言います。

手洗いは、手や指に付着したウイルスを物理的に除去するために有効な方法です。また、空気が乾燥するとどの粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなってしまいますので、特に乾燥しやすい室内では加湿器などを使って適度な湿度(50~60%)を保つことも効果的です。

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……



チュウリ!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

背すじぴん! で 元気!

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。でもそれでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心がけましょう。背すじぴん! は気持ちいいばかりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。

