



# たいようっこだよ

平成27年 12月 1日 北今泉保育園

日増しに寒くなり冬らしくなってきました。早いもので今年も残すところあと一か月となりました。子どもたちがたくさんの経験を重ね、大きくすこやかに成長してくれたことを嬉しく思います。朝、夕が冷え込むようになり厚着になりがちですが、無理のない範囲での薄着で体温調節能力を高めて元気に過ごしましょう。



## 行事予定



1日	火	安全点検・園内整備 体育遊び (年長・年中)
3日	木	避難訓練 (総合訓練・南部出張所)
7日	月	身体計測
8日	火	
9日	水	さとうきび砂糖作り
10日	木	もちつき
11日	金	やきいも
14日	月	不審者侵入時訓練
15日	火	安全点検・園内整備 体育遊び (年長・年少)
17日	木	交通指導 (交通安全教室・南署)
25日	金	クリスマス誕生会
28日	月	音楽遊び・保育納め



## おたんじょうび おめでとう!

- ・なかはら ゆかりさん(1さい)
- ・しげやま そらさん(2さい)
- ・うえはら さえさん(4さい)
- ・まつもと けいたさん(4さい)
- ・ひらばら あんりさん(5さい)
- ・たけうち みみさん(5さい)
- ・ながくら そうたさん(5さい)
- ・とだか るいとさん(5さい)
- ・いけがみ しょうたさん(6さい)
- ・さかもと えいたさん(6さい)



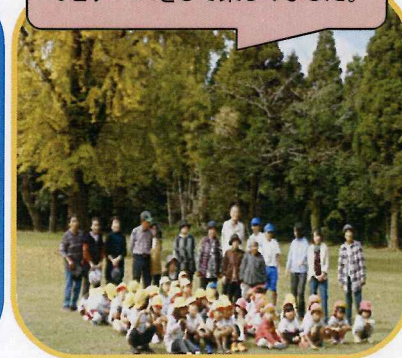
## おしらせ・おねがい

- ・発表会にはお忙しいところたくさんの皆様にお越しいただきましてありがとうございました。温かい拍手やご声援は子どもたちの意欲や自信につながったようです。
- ・12月の英語遊びは都合により11月25日に振り替えて行いました。

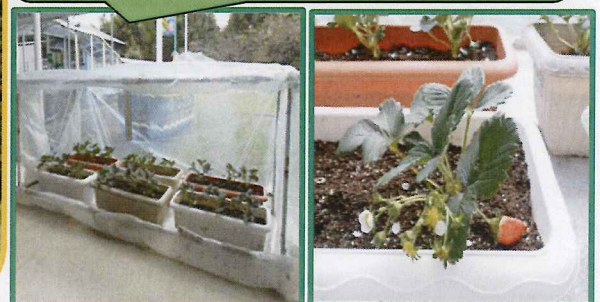
お仕事頑張ってください。  
(職場訪問)



地域のおじいちゃん、おばあちゃん  
とゲームをして楽しみました。



農協青年部の方からいちごのハウスを作っていた  
いただきました。「おいしいいちごができますように」と  
水をかけ収穫を楽しみにしていることもたちです。





## 保育目標

- \* 冬の衛生管理に留意し、一人ひとりが健康で快適に過ごせるようにする。
- \* 友だちと関わりを広げ、自分たちの生活に意欲的に取り組む。

## 子どもの姿

子どもたちは、発表会に向けて練習を頑張っていました。踊る姿を見て、「次は誰が踊ると？」と言って楽しんでしていました。友だちの振りも一緒に覚えて、みんなで元気いっぱい踊りの練習をしました。

11月11日(水)の秋の遠足では、大久保学習センターに行き、老人クラブのおじいさんやおばあさんたちと踊ったり、ゲームをしたりと楽しく体を動かしました。銀杏の木の下で子どもたちは伸び伸びと遊び、落ち葉を拾ってポケットに大事そうに入れていました。お母さんが作ってくださったお弁当が楽しみで、何度も「先生、お弁当食べんと？まだ？」と聞いてくる子どもたちでした。食べる時間になると、とても嬉しそうな顔でおいしく食べていました。

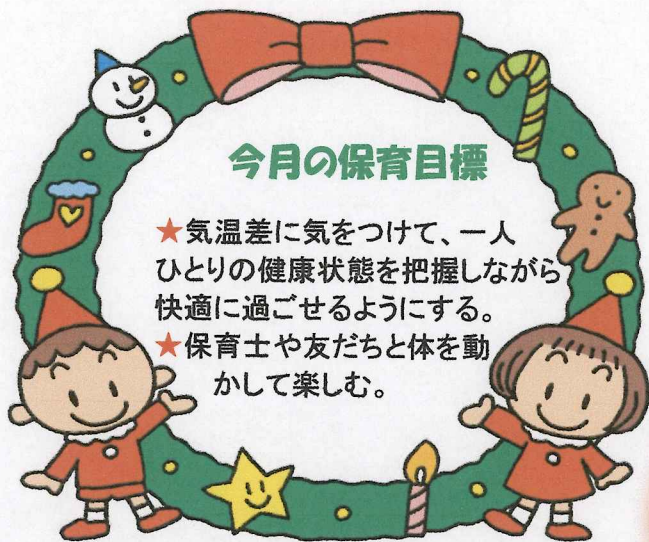


### つついやっていませんか？

- ・楽しい事が大好きな子どもたちにとって、片づけは面倒に感じるもの。お家では散らかった部屋、つつい親が片づけていませんか？片づけやすいように場所を決めて、まずは一緒に片づけて、次は片づけるのを最後まで見届けることが大切です。片づけができたときは、「きれいに片づけができたね。気持ちいいね」と子どもを褒めて達成感を持たせましょう。



# ぱんだ組だより



## 今月の保育目標

- ★ 気温差に気をつけて、一人ひとりの健康状態を把握しながら快適に過ごせるようにする。
- ★ 保育士や友だちと体を動かして楽しむ。

子どもたち

秋の遠足のお弁当



お母さんの愛情いっぱいのお弁当美味しそうに食べていました。

「おいしー」と言って食べていました。



ママありがとう♡



散歩車や手をないで、畑まで行きました。途中石ころを拾ったり、草花を摘んだりして楽しく散歩しました。畑に行っただいこんを引く真似をしました。



歌も楽しく歌っています。



『食べ物列車』は、食べ物の所を喜んで歌っています。



『ポンポコたぬき』では、お腹をたたいて「ポンポコ」の部分を楽しんでいます。

お家でも一緒に歌ってみてはいかがでしょうか。

## 今月の絵本

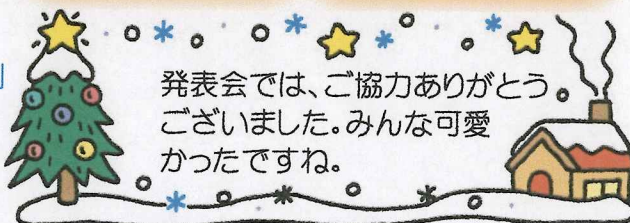
「がたんごとん、がたんごとん」の絵本では、「がたんごとん」の繰り返しの部分を一緒に言ったり果物が列車に乗る部分を楽しんだりしています。



うさぎ組さんから入ったお友だちもお昼寝は布団でお利口さんに寝ています。



発表会では、ご協力ありがとうございました。みんな可愛かったですね。





# きりんぐみだより



## 保育目標

- ◎ 一人ひとりの体調に留意し、温かい日には戸外で体を動かし、元気に過ごせるようにする。
- ◎ クリスマス会や餅つき会などの様々な行事に楽しんで参加する。

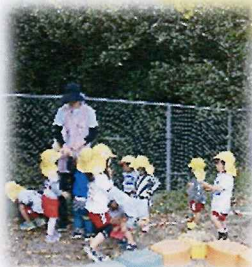


## こどもの姿



天気の良い日は元気いっぱい園庭でボールや、砂遊びを楽しんでいます♪

また、秋の遠足では、実習のお兄さんと一緒に、園周辺の秋を探しに探検に出かけました！黄色く色付いたミカンや銀杏の葉っぱ、園の畑でできた大きな大根をみんなで力を合わせて収穫も楽しみました。お昼は、お母さんのお弁当♡とても、うれしそうに食べてしました♡



## 楽しかった発表会



音楽を流すと友だちの曲も楽しんで踊ったり、衣装を着けるとすっかりなりきって「せんせい、音楽流してー♪」と、練習でも自分たちの曲をリクエストしていました。

そして、ドキドキした発表会♪いつもと違う雰囲気の中、みんな元気に踊ったり、楽しんで参加することができました。

保護者の皆さんやおじいちゃんおばあちゃんの温かい拍手、ありがとうございました♪

## 手洗いうがい

感染症が流行しやすい時期です。お家でも、帰ったら手洗いうがいの習慣をお願いします！





# うさぎぐみだより

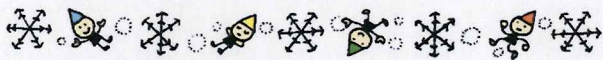


今年もあと1カ月となりました。うさぎぐみのお友だちも色々な経験をし、一人一人が成長したことを改めて感じます。お家の方からも、「～ができるようになりました。」とお知らせを聞き、「すごいですね、うれしいです。」と子どもたちの成長を喜び合うことができることを嬉しく思います。一步一步大きくなっている子どもたち、これからも色々なことを経験し、楽しみながら日々の成長を見守っていきたいと思います。来年もどうぞよろしくお願ひします。

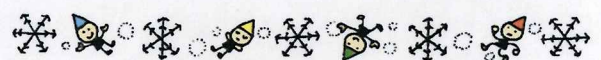
## 保育目標



- 気温の変化に留意し、健康状態の把握に努め、快適に過ごせるようにする。
- 保育士と一緒にふれあひあそびや探索あそびの楽しさを味わう。



## 子どもの姿



手づかみやスプーンを使って意欲的に食べようとする姿が見られます。なかには口の中に入れても食感が苦手です。手で口からだしたり、勧められてもイヤイヤと首を振ったりして自分の思いを表すようになってきました。無理強いはせず、「おいしいね」「〇〇だよ」など言葉をかけながら楽しい雰囲気の中で食事をしていきたいと思ひます。また、盛んに「あ～」などの喃語や「マンマ」などの発語を発して保育士や友だちに語りかける姿や身近な友だちへ興味をもってかかわろうとする姿もみられるようになりました。





- 冬の衛生管理に留意し、一人ひとりが健康で快適に過ごせるようにする。
- 身近な自然に触れ、戸外遊びを楽しむ。



### 子どもの姿



先日の遠足では、お弁当を楽しみにして毎日のように「遠足明日？」と聞いてきていました。「キティーちゃんのお弁当」「ミニオンのお弁当にしてみよう」などお友達と話していて、遠足に行く前からもりあがっていました。遠足では地域のおじいちゃん、おばあちゃんとゲームをしたり、かけっこをしたりして、楽しみました。銀杏の葉をたくさん取ることができ喜んでいました。お友達と一緒にお弁当を食べすぐに完食していました。お忙しい中お弁当作りありがとうございました。また散歩などで大久保学習センターに遊びに行きたいと思います。発表会ありがとうございました。自分達から「練習したい」といって頑張っていました。昨年より成長した姿が見られた事だと思います。来年も楽しいクラスにしていきたいと思います。

### おいしいお弁当



### お願い、お知らせ

- 今月より歯ブラシも使っていきたく思いますので、名前を記入して持ってきて下さい。
- 12月10日はもちつきとなっております。おもちをこねたりしますのでエプロン、三角巾を持ってきて下さい



### 遠足の様子





年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムが崩れがちで、また感染症も流行する時期です。子どもたちにとっては、クリスマスなど、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調管理には十分気を配っていきましょう。

## 12月22日、冬至です！！

北半球では、夜がいちばん長く、昼がいちばん短い日。この日にユズ湯に入り、カボチャを食べるとかぜをひかないという習わしがあります。実際、カボチャに豊富に含まれるビタミンAには、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があります。またユズには、新陳代謝を活発にして血管を拡張、血行促進の作用、さらに鎮痛・殺菌作用のある成分が含まれます。これが、体が温まり、かぜ予防にもなるといわれるゆえんでしょう。冬至には、カボチャとユズの2大強力パワーをもって、冬を元気に乗り切りましょう！



## 冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

### おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える



おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

## インフルエンザについて

インフルエンザの特徴的な症状は、ぞくぞくとした感じに続いて 38℃～40℃の高熱となり、咳、鼻水、くしゃみなどもありますが、あちこち痛く、だるくなります。この症状は4、5日ほど続きます。潜伏期間は1～3日で熱のでる少し前から他の人にうつす可能性があります。熱の最も高い時期が外に出すウイルスの量が最も多くなりますが、熱が下がっても1、2日は少量のウイルスを出す可能性があります。また、幼児はまれに急性脳症を起こすことがあり、熱が出てから24時間～48時間以内に症状が現れます。意識がはっきりしない、言葉がうまく通じない、けいれんなどは危険信号です。その他に、突然の異常行動、脱水症、筋炎などが合併症として知られています。

予防としては、手洗い、うがい、マスクです。呼吸器系の粘膜が乾燥し、ザラザラした状態になると細かいほこりやウイルスなどの病原体を外に押し出す力が弱まり、病原体が侵入しやすい状態になります。そのために、部屋を加湿するなどのよいコンディションづくりも大切です。





# 食育だより



風邪などのはやる季節です。手洗い・うがいで予防も大切ですが、基本は、栄養バランスの良い食事です。12月は、食生活や生活リズムも乱れがちになります。ふだんの食生活に気を配りながら、病気に負けない身体づくりをして、早めの予防・回復で年末を乗り切りましょう。



## 冬至にすること

一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんきん）を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれます。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたたためて風邪を予防します。



みんなで収穫したお芋です。芋をとってきて、しばらく日に干します。こうすると、甘い芋になります。

芋を短冊切りにして、上状粉 砂糖・水と混ぜ合わせ、170度の油で揚げます。

この日は、お芋ちゃんというネーミングのおやつでした。外はカリカリ中はホクホクで、子ども達は、喜んで食べていました。