



ななほしだより



平成 28 年 1 月
ななほしキッズ

新年あけましておめでとうございます！新しい年も、子どもたちの元気なあいさつと笑顔でスタートしました。年末年始はご家族や親せきの方々とふれあい、楽しく過ごしたのでしょうか。そんな様子が子どもたち一人ひとりの弾んだ声や表情から伝わってきます。

今年はどんな発見や感動に出会うことができるでしょうか。たくさんのできごとを子どもたちと一緒に見つけ、分かち合いながら毎日を過ごしていきたいと思います。今年も健康第一、穏やかな一年を過ごせますよう願っています。どうぞよろしくお願いいたします！

1 月の行事

1 日	金	元旦
2 日	土	
3 日	日	
4 日	月	安全点検
5 日	火	
6 日	水	リズムあそび（ふれあいあそび）
7 日	木	エコ活動（ゴミ拾い） 七草
8 日	金	身体計測
9 日	土	
10 日	日	
11 日	月	成人の日
12 日	火	
13 日	水	リズムあそび（ふれあいあそび）
14 日	木	避難訓練 緊急対応訓練
15 日	金	
16 日	土	
17 日	日	
18 日	月	
19 日	火	
20 日	水	リズムあそび（ふれあいあそび）
21 日	木	
22 日	金	
23 日	土	参観日（親子陶芸教室）
24 日	日	
25 日	月	
26 日	火	
27 日	水	リズムあそび（ふれあいあそび）
28 日	木	交通指導
29 日	金	
30 日	土	
31 日	日	



☆保育参観日について☆

1 月 23 日（土）

昨年より掲示しておりましたが、親子陶芸教室を計画しております。詳細は後日お知らせいたします。また、リズム発表や歌も披露する予定ですので、皆様のご参加をお待ちしております。



エコ活動

プランターの大根が収穫できるまでになりました。土から白い大根が見えてきたので、子どもたちはそれを見て喜んでいました。ニンジンやインゲン豆も順調に育っています。肥料袋の大根も大きくなってきました。今月のエコ活動はいつも遊んでいる公園のゴミ拾いをしようと思います。



お願い



サンタさんからかわいいおもちゃを頂きました。お家であそぶ時は、くれぐれも口に入れないようにしてください。

また、破損した際は処分をお願いします。





ほしぐみだより



H・28年 1月

保育目標

- 一人ひとりの欲求を満たし、安心して過ごせるようにする。
- 生活リズムを整えながら、寒い時期を元気に過ごせるようにする。
- 保育士や友だちと一緒に体を動かしてあそぶ。



あけましておめでとうございます。

今年もよろしくお願いします。

今年も、子どもたちと元気に楽しく過ごししながら、子どもたちの成長を見守っていききたいと思います。ほし組の子どもたちは、「見立てあそび」「模倣あそび」が大好きです。にじ組のお友だちと一緒にお母さんになったつもりでボールにチェーンや小さな手作りのお手玉を入れてスプーンで混ぜて遊んでいます。にじ組で年齢の違う子どもたちと一緒にお店屋さんごっこや好きなあそびをして楽しんでいます。大きいお友だちの真似をして遊んだり、優しくお世話をしてもらったりしてニコニコ顔で過ごし、異年齢児との交流も深めています。



自然のなかで自由にのびのびと

散歩では、ありのままの自分を受け入れてくれる自然のなかで、子どもたちは、さまざまな姿を見せてくれます。大きいお友だちが大きな木の根っこの穴を掘っていると自然と「なんだろう」と思い、子どもたちが寄ってきておしゃべりを楽しんでいます。木の皮をとったり、ベンチによじ登ったり、下りたりして自由に伸び伸びと体を動かして探索活動を盛んにしています。散歩を通して、足腰も強くなり1時間近く歩ける子どももいます。



「自分で」の気持ちを大切に

食器の中の食べ物をスプーンですくおうとするのですがうまくいかず、手づかみで食べます。テーブルや床はグチャグチャ、ベチャベチャ。自分で食べるという気持ちが強くなるこの時期、大人は大変ですが、その気持ちを大切に、見守りたいですね。

おねがい

※ 持ち物(エプロン・おしぼり・紙おむつ・洋服など)すべてに名前を書いて下さい。

消えかかっているものもありますので、再度確認をお願いします。

※ 裾の長すぎるズボンは、滑ることがありますので、体に合った長さの物を用意して下さい。





1がつクラスだよ



H.28 1月
ななほしキッズ

保育目標

- この時期の感染症に留意し、健康で快適に過ごせるようにする。
- 一人一人の思いや欲求を受け止め、安心して過ごせるようにする。
- 正月あそびを楽しむ。
- 粘土遊びを楽しむ。(陶芸教室を楽しむ。)



あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願い申し上げます

2016年が明けました。みなさま、どのようなお正月を過ごされたでしょうか？
新しい年も子ども達の笑顔を大切に、成長をあたたく見守りながら、楽しく過ごしていきたいと思います。

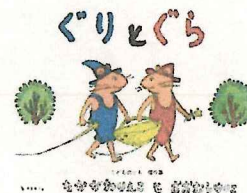
寒さに負けないよ！

季節が変わって冬になっても、ななほしキッズは戸外遊びが大好き。公園へ行ったり、川沿いを歩いたりしました。車が通らない所では誘導ロープを離し、友だちと手をつないで歩きました。細いあぜみちをバランスを取りながら歩いたり、自分たちのペースで歩いたりするのは、楽しいみたいです。



えほんの紹介

『ぐりとぐら』
中川李枝子/作
大村百合子/絵



最近では簡単な物語のあるお話にも興味を持ちだした子ども達。その中でも『ぐりとぐら』は子ども達が好きな絵本の一つです。大きな卵、かすてら、動物たちがあつまってくるところが大好きです。かすてら作りの道具を持ってくるところでは泡立て器がでてくるのですが、おもちゃ箱から持ってきて嬉しそうにしている子がいます。

クリスマス会♪

クリスマス会があり、歌を歌ったりダンスをおどったりしました。『あわてんぼうのサンタクロース』や『赤鼻のトナカイ』を上手に歌っていましたよ。クリスマス会を楽しんでいると、サンタクロースが登場！少しびっくりしていた子ども達でしたが、一人一人プレゼントを手渡ししてもらって嬉しそうにしていました。

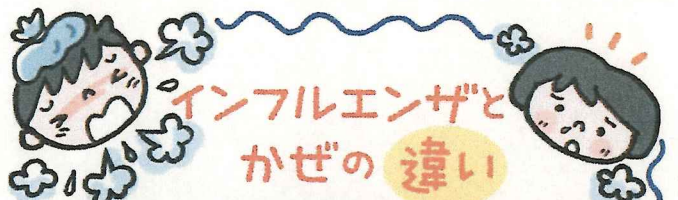




げんきだより



あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？
不規則な生活習慣がついてしまった・・・というお子さんはいませんか？
毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。



インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない

幼児

インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

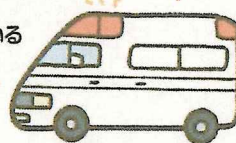


心配な インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症で特に気をつけたいのがインフルエンザ脳症。特に0、1、2歳児は発症しやすく、後遺症が残ったり、重症化すると命を落としたりすることもあります。万が一のような症状が見られたら、すぐに救急車を呼んでください。

こんな症状は脳症かも？

- ☐ インフルエンザを発症して1～2日後に突然高熱が出る
- ☐ けいれんが10分以上続く
- ☐ けいれんを繰り返す
- ☐ 呼びかけても反応しない、ぼーっとしている、目がうつろである
- ☐ ずっと寝続けている



暖かく着るコツ

寒さが厳しくなってきましたが、もこもこ厚着では活発に動けません。上手に衣服を着るコツを押さえれば、薄着でも平気！ 寒さに負けず元気にあそべますね。

薄着であったかのコツ

肌着を着る
(綿100%がお勧め)



重ね着する
(薄手の長そでシャツなど)



裾やそで口が
締まった服を
選ぶ

スポンの中
にシャツを入
れて体温を逃
がさない

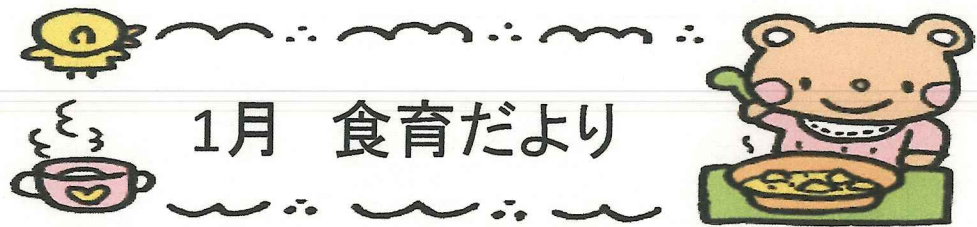
外に出るときはベストや
ジャンパーなどで調節する



県内の感染症情報

現在、県内では感染性胃腸炎、RSウイルス感染症、溶連菌感染症が多くみられているようです。今後はインフルエンザの流行も心配されます。規則正しい生活を送り、十分な栄養・休養をとって体力をつけ、感染を防ぎたいですね。また、手洗い・うがいもしっかり行いましょう。



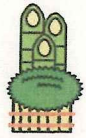


あけましておめでとうございます。

ご家庭でもよいお正月をお迎えになられたことでしょう。

さて、今月は、七草や鏡開きなど1月ならではの料理を楽しみましょう。

食べ物の由来の話などから、楽しい食卓の会話が広がれば幸いです。



○正月の行事と食べ物のいわれ。

おせちは「お節句料理」が変化したもので、年に5回ある節句(桃の節句、端午の節句、七夕、重陽)を祝って食べる料理のことで、年の初めを祝って食べるおせちの中身は願い事の意味が込められています。また、雑煮は大晦日に供えた餅を下げ、野菜や肉と煮込んで食べた「雑煮餅」が始まりと言われていいます。

○「七草」の風習についていわれを知り、1年間の家族の無病息災を祈りましょう。

1月7日は七草(セリ、スズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ)を入れたかゆを食べるとお正月料理で疲れた胃を守り、1年間病気をしないといわれています。

家族そろって行事食を味わい、お祝いしましょう。



* 重陽(ちょうよう)…9月9日のこと。他の節句同様中国伝来の祭日。

中国の思想、陰陽思想では、奇数は陽の数であり、陽の数の一番大きな数字の(9)が重なる日なので(重陽)と呼ばれ、この9が二つ重なる9月9日は大変めでたい日といわれているそうです。

おせち料理のいわれ！

- ①きんとん…お金に恵まれますようにと願い、「金団」と書きます。
- ②くろまめ…まめ(元気)に働くことができますようにと願います。
- ③こぶまき…「よろこぶ」に通じます。楽しく、安泰に暮らせますようにと願います。
- ④だてまき…巻いてある形を書物にみたてて、進歩と文化の繁栄を祈ります。
- ⑤えび…腰が曲がるまでの、家族の長寿を願います。
- ⑥数の子…数の子は(ニシン)の卵から子宝と子孫繁栄を願って食べられてきました。
- ⑦田作り…別名ごまめ(五万米)とも呼ばれ、田畑の高級肥料として片ロイワシが使われ(イワシを肥料とすると米が豊作になった)事から豊作を願って食べられてきました。
- ⑧紅白かまぼこ…半円形は日の出に似ていることから新しい門出にふさわしい事から。紅は魔よけ、白は清浄を表します。



食材のそれぞれに様々な意味があるので、遊びのような感覚で由来を調べてみるのも楽しく食育の良い機会となることでしょう。

体調が悪い時の食事は…

風邪をひいたときに、なおすポイント→「保温・睡眠・栄養」

熱や吐気・下痢をしているときは、体の中の水分が不足してしまうので、脱水症状にならないように十分な水分補給がたいせつです。

柑橘系(オレンジやみかん)のジュースは吐気や咳を誘いやすくなってしまいますので、湯冷ましや赤ちゃん用イオン飲料がお勧めです。

消化力が落ちているので、スープ、おかゆ、うどんなどから少しづつ、進めましょう。

子どもの好きな、乳製品、スナック菓子など、脂肪分が多くなり消化も悪いのでしばらく、控えましょう。





鏡開きで健康を祈る



鏡開きとはお正月にお供えた鏡餅を、松の内が明けた1月11日にみんなで食べて健康をお祈りする行事といわれています（地方によっては日にちが異なります）。ちなみに、「開く」というのは「切る・割る」という意味です。餅を切ることは切腹のイメージがあることから「開く」の文字が使われるようになったという説があります。



食事で 免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは体をあたためる料理で体温を上げましょう。

免疫力
アップ

ビタミン、ミネラルの多い
食材…緑黄色野菜や果物

体力を
つける

発酵食品…納豆、味噌、ヨーグルトなど



12月の
メニューです。





