



くろさかっこ



平成28年 2月
黒坂保育園

節分を過ぎると立春。「春はそこまで」とはとっても、まだまだ寒いですね。
でも寒い寒いと言っているのは、どうやら大人だけのようで、子ども達は白い息をはずませながら園庭をかけまわり自分の好きな遊びをみつけて元気に遊んでいます。
また、2月は逃げる月といわれるだけにあっという間に過ぎていきます。卒園や進級を控え、子ども達一人ひとりの育ちをしっかりと見つめていきたいと思います。



おしらせ



【2月の行事予定】

1	月	安全点検・清掃の日
2	火	豆まき
3	水	↓
4	木	
5	金	かるた大会
6	土	
7	日	
8	月	
9	火	避難訓練
10	水	身体計測
11	木	
12	金	誕生会・保護者会役員会
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	観劇(年長・年中児)
17	水	音楽あそび
18	木	安全訓練
19	金	
20	土	親子遠足
21	日	
22	月	
23	火	交通安全教室
24	水	
25	木	スポーツ教室・英語あそび
26	金	スポーツ教室
27	土	
28	日	
29	月	



16日(火)は 年長・年中児はメディキットホールにて観劇に行きます。観劇代が必要になりますが、ご協力をお願い致します。詳細は後日お知らせします。



20日(土)は親子遠足です。風邪やインフルエンザ等心配されますが、皆さんで親子遠足を楽しみましょう。詳細は後日お知らせ致します。



卒園式は、3月12日(土)です。
卒園児の保護者の方の出席となります。



新しいお友だちです



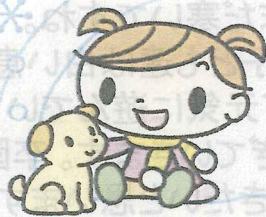
かわの みれいさん (ひよこぐみ)

よろしくお願いします。



おれい

発表会では、初めての場所で行き届かないところも多々あったと思いますが、いろいろとご協力をして頂きありがとうございました。子ども達はあの大きな舞台上で立派にお遊戯や劇などをやり遂げてとても感動しました。またひとまわり大きく成長した姿を見せてくれました。



ひよこぐみだより



☆今月の目標☆

- ・湿度や換気など感染予防に配慮し、寒い時期を元気に過ごせるようにする。
- ・寒さに負けず、全身を使ったあそびを十分に楽しむ。

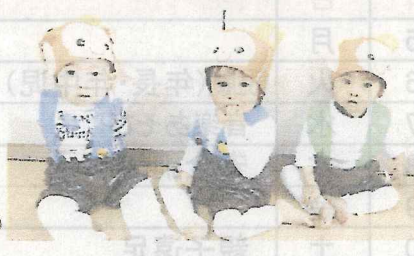


いよいよ冬、本番です。北風がヒューヒューと園庭を吹き抜けています。大人は自然と背中が丸く
なるところですが、さすがに“風の子”子供たちは園庭に出た時には元気よく走り回っています。

体調を崩しやすいこの季節、園でも換気を行ったり手洗いをしたりと子供たちの健康管理には気を
付けていきたいと思います。ご家庭でも風邪の予防を心がけてくださるようお願いいたします。



先日行われた発表会には、体
調が心配だった子供たちも欠
席することなく、全員が参加で
きました。緊張して涙する子供
もいましたがお遊戯もお返事
も上手で、笑顔で終わることが
出来たことを嬉しく思います。
たくさんのご参加、ご協力あり
がとうございました。



2月生まれのお友達
なかやま
ぜんすけくん(2歳)



インフルエンザや感染症が流
行する時期です。
ご家庭でも、手洗い・うがいを
しながら予防していきましょう。



保育目標

- 寒さに負けず冬の自然物にふれたり、戸外で身体を動かして遊ぶことを楽しむ。
- 身のまわりのことを自分でしようと、出来た喜びを味わう。



発表会ありがとうございました！

先日の発表会では、半九ホールという大きな舞台に初めて立ち、心配したのですが子供たちは園での練習の時よりのびのびと踊ったり、楽器を鳴らしたり電車になって歩きながらバイバーイと手を振ったりととってもかわいい姿を見せてくれました。一人ひとりの、ぐんと成長した姿に驚きと嬉しさを感じました！

こどもの姿

最近では子供たちの会話もたくさん聞かれるようになり、「ね～いっしょにあそぼ～」と声をかけたり先日もままごと遊びをしたのですが、発表会で使った手さげを肩にかけてお友だちと部屋を歩き回り、「スーパーにおかいものいつてきたの～」と嬉しそうに伝えるお友だち。またコップに色々な食べ物を入れて「はい、おべんとう～」とやりとりをしたりと、たくさん関わって遊ぶ姿が見られるようになりとても微笑ましいですね。



おねがい



○ご家庭で発熱や嘔吐、発疹など体調の変化が見られた時には登園時やお帳面などでお知らせください。

○手拭きタオルや、着替えなど名前が消えていたり薄くなっていて分かりにくいものがあります。確認をおねがいします。



ひよこ組から
おくの そうたくんが
進級します。よろしく
お願いします！

くまぐみだより

目標

- ・寒くても手洗い・うがいをしっかり行い、健康に過ごせるようにする。
- ・お正月あそびや伝承あそびを友だちと一緒に楽しむ。
- ・冬の自然現象に興味をもち、見たり触れたりして楽しむ。

一人で
できたよ！



見てみて！
霜柱！
冷た～い♪

先月、天候の良い日はたくさんお外に出てからだを動かしあそびました！
からだを温めるために園庭を走ったり、ビニール凧上げ、大好きな遊具にのぼったり、
鬼ごっこ等など楽しみました。今月も体調に気をつけながら寒さに負けずにあそびたい
と思います。感染症が流行する時季でもありますので、体調の変化がみられる時は
お知らせください。



みんながんばった生活発表会！



今回は、初めての会場でしたね。緊張を
見せる姿もありましたが、みんなが笑顔で
うれしそうにステージに立つことができ、
私たちも大変うれしく、感動しました！
みんな楽しんでいましたね！
色々のご協力いただきました保護者の
皆様方には感謝しています。

本当にありがとうございました。

2月生まれのおともだち

おおいわね いちかさん（4さい）
ここのびら きららさん（4さい）
なかたけ そらさん（4さい）

♡おたんじょうびおめでとう♡

お知らせ

今月のスポーツ教室は、25日(木)の予定です。



きりん組 2 月クラスだより



保育目標

- 健康にすごせるよう手洗い、うがい、衣服の調節をするなど冬の生活に必要な習慣を身につける。
- 保健的で安全な環境を整え、寒い時期を健康に過ごせるようにする。

楽しかった発表会

1月16日は、発表会でした。初めての場所、文化会館での発表会でしたが、とても堂々とした踊りや歌を披露してくれました。一人、ひとりの個性が輝いていましたね。何よりも、1人も休む事無く参加出来たことをとてもうれしく思います。子どもたち私たちにとっても、かけがえのない経験でございました。子どもたちも、お父さん、お母さんに褒められてうれしい様子でした。これを、自信に変えて、一つ成長出来た子どもたちを、頼もしく思います。たくさんの拍手やお言葉を有難う御座いました。



たこ上げしたよ

ビニール袋に、マジックで絵を描いて、ひもを付けてたこをつくりました。風の良く吹く日、みんなで遊びました。ビニールが大きくふくらんで、自分の背の高さぐらいに上がった、たこを元気に走らせていました。途中で手から離れてしまった、たこを楽しそうに追いかけている子どももいました。



お知らせとお願い

- スポーツ教室 25日(年少児) 26日(年中児)です。寒いので、長袖、長ズボンの上から、体操服でかまいません。(室内で跳び箱、マット、平均台など)
- 親子遠足 20日(土) フェニックス動物園

HAPPY BIRTHDAY

たけだもなさん 5さい

おめでとう

豆まきと立春

3日は節分です。豆をまいて追い払う鬼は季節の変わり目に起こりやすい災害や疫病を象徴しています。みんなが、元気で過ごせるように保育園でも豆まき(ボールなげ)をして、邪気を追い払いたいと思います。かわいいお面が出来上がりました。



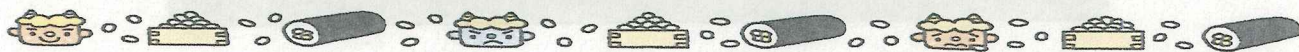
ぞうぐみだより



今月の目標

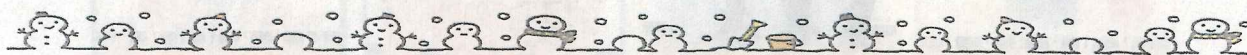
★就学への期待や不安を一人ひとり受け止め、生活習慣を再確認しながら、生活の仕方を身につけ自信を持って過ごせるようにする。

★仲間意識が高まり、お互いを認め合いながらあそびを進めていく楽しさを味わう。



先日の発表会は、ありがとうございました。ゆうぎを間違えてしまった、と悔やみながらステージから戻ってきたお友だち、楽しかったからもう一回踊りたい、と笑顔で戻ってきたお友だちなど様々な表情が見られました。発表会を通して、子どもたちも少しずつ、自信がついてきた様子です。

年長児は、就学に向けての期待感も膨らんできていて、給食を小学校と同じ、20～25分で食べ終わろうと箸を進めたり、午睡なしでのお勉強を頑張ったり、ハンカチ、ティッシュの練習などしています。年中児ももうすぐ年長さんという思いからか、年長児と一緒にハンカチの練習を行おうとする姿も見られています。一人ひとりそれぞれの成長が見られ、とても頼もしく感じている日々です。



★スポーツ教室・年長（25日・26日）

年中（26日）

年長児は、今月は2日続けてになります。体操服を着用の上、9時までの登園をお願いします。（室内で鉄棒、マットの予定です）

★音楽教室・年長（17日）

・9時までの登園をお願いします。

★英語あそび・（25日）

年中（13：00～）年長（13：30～）

入学前に身につけたい基本的な生活習慣

1. 朝食をきちんととる

（朝食をとる子の方が運動能力・学力共に高いそうです）

2. 早寝早起き

3. あいさつ・お礼・返事ができる

4. 我慢・意思表示ができる

5. 身の回りを清潔にする。

6. 一人でトイレ、着替え、後片付けができる

年中さんは立派な年長さんへ・年長さんは立派な一年生になれるように頑張りましょう！



★16日（火）劇団飛行船・観劇（年長・年中）

観劇代金¥1,400を後日、雑費袋にて徴収します。時間等の詳細は、後日お知らせします。

★20日（土）親子遠足・フェニックス自然動物園

詳細は、遠足のお知らせをご確認をお願いします。





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ことで飛んだ、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……



指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

背すじびん! で 元気!

寒い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。背すじびん! 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。



すくすく通信2月号

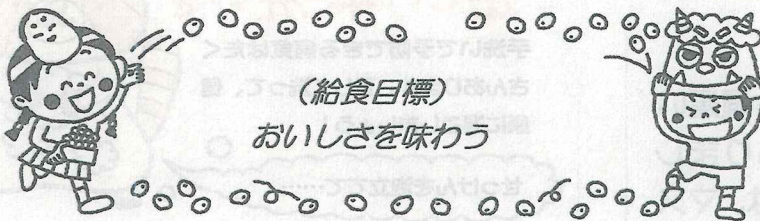
平成28年2月
宮崎市子ども課認可指導係

2月4日は立春、春の始まりという季節の言葉です。

春に先駆けて咲く梅の花は心を和ませてくれるものです。

しかし、まだまだ寒さのきびしい日が続き、感染症の流行もなかなかおとろえを見せません。

手洗い、うがいをしっかり行うとともに、普段からいろいろな食べものをバランスよく食べ、感染症に負けないじょうぶな体をつくりましょう。



(給食目標)
おいしさを味わう

(内容配慮)

- いろいろなものを組み合わせて食べることが丈夫な体をつくることを知らせる
- はしの正しい持ち方を繰り返し教える
- 温かいうちに食べられるよう配慮し、配膳する
- 食中毒を予防するために、手洗いと消毒を徹底する

知って防ごう食中毒！～ノロウイルス～

ノロウイルスは、11月から3月にかけての食中毒の主な病因物質です。ノロウイルスの食中毒を防ぐには、食べる時によく加熱することが大切です。

ノロウイルスは人だけ感染し、人以外の生物や食材中で増殖することはありません。人から人への感染を防ぐために、手洗いやうがいなどを頻繁に行い



●ノロウイルスによる食中毒の原因食品

ノロウイルスによる食中毒の原因食品のトップはカキなどの貝類ですが、他の食品からの感染も油断できません。いずれも生ものか加熱が不十分な加工食品などから感染しています。

●感染防止には加熱が有効

ノロウイルスは酸やアルコールにも強く、また熱にも強いウイルスです。

しかし、十分に加熱することで不活化させることができます。加熱調理するときは、食品の中心部の温度が、**85～90℃ 1分以上の加熱が目安**です。

●調理従事者は調理前の健康チェックを徹底して下さい

下痢・嘔吐等、気になる症状がある場合は、直接食品を扱う作業に従事しないようにしましょう。

(食育目標)

病はソト、健康はウチ

○大豆・大豆製品の効用を知り、毎日食べて健康に過ごす

発育期には良質のタンパク質が必要不可欠です。大豆製品には、同じタンパク源の肉や魚と比べると、生活習慣病を防ぐ働きもあります。

○冬を元気に乗り切るために、寒さに負けないじょうぶな体をつくろう

冬は体を保温するためにエネルギーを消耗します。体の抵抗力を高め、風邪を予防するには、バランスよく組み合わせて食べることが大切です。体温を調整し、抵抗力をつけるタンパク質、喉や鼻の粘膜を強くするビタミンA、ウイルスの感染を防ぐビタミンCを十分に摂り、丈夫な体作りを心がけましょう。

成長期に大切な栄養素

成長期の子どもは、多くの栄養を必要としています。特にたんぱく質は筋肉や骨、成長ホルモンの形成に、鉄分やカルシウムは血液や骨の形成に欠かせません。ラーメンや菓子パンなどの単品では、これらの栄養素が不足します。サプリメントで栄養素の補給はできませんが、成長期には食品からとることが大切です。

今月のメニュー

ミルク鍋、おさかなハンバーグ

＜おさかなハンバーグの作り方＞(2人分)

魚すり身 80g、れんこん 35g、ねぎのみじん切り 小さじ 2、おろししょうが 小さじ 1/4、溶き卵 大さじ 1、みそ 小さじ 1/2、パン粉 大さじ 2

①れんこんをみじん切りにする。②すり身と全ての材料をよく混ぜ、小判型にととのえる。③フライパンで焼く。しょうゆ味のあんをかけても美味しいです♪