



# たいようっこだよ

平成 27年2月 1日 北今泉保育園

今年も節分の季節がやってきました。「オニはそと 福はうち パラッパラッ・豆のおと♪～」子どもたちの元気な歌声が聞こえてきます。保育園でも豆まきをして泣き虫鬼・おこりんぼう鬼いろいろな鬼を追い出したいと思います。寒い日がまだまだ続きますので手洗い・うがいをしっかり行い体調管理に気を付けていきましょう。



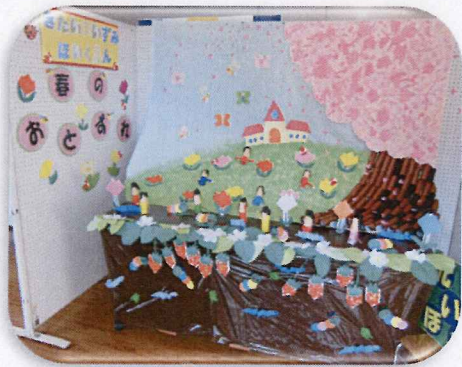
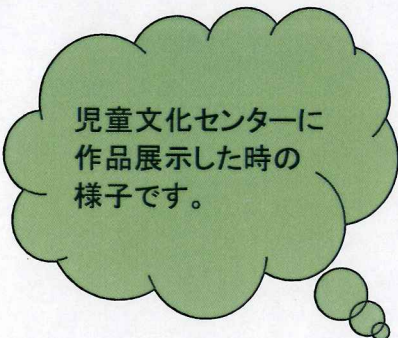
## 行事予定

2日	月	安全点検・園内整備
3日	火	体育遊び(年長 年中) 不審者侵入時訓練
7日	土	保育参観・豆まき
9日	月	身体計測
10日	火	避難訓練(火災・消火訓練)
12日	木	英語遊び・かるた大会
13日	金	誕生会・エコ保育
16日	月	安全点検・園内整備
17日	火	体育遊び(年長 年少)
18日	水	人形劇観劇(ぞう組)
20日	金	交通安全教室
23日	月	音楽遊び
25日	水	小学校見学(年長児)
26日	木	リズム遊び



## おしらせ・おねがい

- ★ 2/7(土)保育参観日 保護者の会総会も予定していますのでよろしくお願いします。
- ★ 2/18(水)～3/3(火)宮崎短期大学より実習生1名。  
2/23(月)～3/5(木)福岡こども短期大学より実習生1名。
- ★ 持ち物(衣類・靴下・靴など)すべてに名前の記入をおねがいます。記名が薄くなっていますか? 再度ご確認ください。
- ★ かぜ、インフルエンザ、胃腸炎など感染症が流行しやすい時期です。いつもと違う様子がみられたときは早めの病院受診をお願いいたします。







# ぞうぐみだより



## 保育目標

- ◎ 冬の健康な生活に留意し、寒さに負けず元気に過ごせるようにする。
- ◎ 友だちと意欲的に関わり、共通の目的をもって遊びを進めたり、工夫したりする楽しさを味わう。



## こどもの姿

天気の良い日は戸外遊びで縄跳びや、ボール遊び、マラソンをして体力づくりを行いました。縄跳びでは、なかなか跳べなかった子ども達も、何度も挑戦し1回が5回、20回・・・100回と出来るようになり、自信をもち楽しんでする姿が見られました。

正月遊びでは、すごろくやかるたで、数字や文字に興味をもち、ルールを守り、友達とのやりとりや関わりを楽しんでいます。

今年度も残り2ヶ月となりました。生活面の見直しや自分で考えて行動すること、意欲的に色々な事に取り組むことなど、子ども達が主体的に行動できるように、年長さんや、新一年生になる心の準備を援助し見守っていききたいと思います。



年長さん、最後のお出かけ保育。博物館に見学に行きました。動物や虫、恐竜の標本、昔の生活、道具など興味を持って見学していました。

## 保育参観について

2月7日(土)

※ 9時までの登園をよろしく  
お願いします。



園での遊びの様子、友達との関わり、身の回りの始末など、子ども達の成長した姿を楽しみに参観して下さい。

## 人形劇について

2月18日(水)

※ 8時半までの登園をお願いします。



年中さん、年長さんのぞう組全員で参加します。園児服、帽子、ハンカチの準備をお願いします。

## 子育てメッセージ より



安心感をもって育ていく子は  
必ず、まっすぐ育ていく  
どんなときも  
私のところへ  
戻ってきていいよ

親が子どもに否定的なことばを投げかけると、子どもの心は悲しみや不安でいっぱいになります。子どもの心を受け止めると、子どもの心は満足感と喜びでいっぱいになります。

子どもの心を大切に育てることで、子どもは伸びていくんだね。

ときどき曲がったり、戻ったりしてもいいんだよ。一緒に進んでいこうね。







# くまぐみだより



\*冬の自然に興味や関心を持ち、寒さに負けず戸外で体を動かして遊ぶ。

\*身の回りの事を自分でしようとし、出来ることに自信が持てるようにする。



## 食後には

先月から準備していただいた歯ブラシで、食後の歯磨きを楽しみにしている子ども達です。食べ終わると、「はみがきは、まだしないの？」という声がよく聞かれます。みんな歯磨きに意欲的で喜んで行っています。歯磨きが終わると「バイキンさん、バイバイ！」と、満足気な子ども達の顔。これから、歯磨きの習慣をしっかり身につけて、歯を大切にしていきたいですね。



きりんぐみさんと手をつないで散歩に行きました。小さい子の手をしっかりつないで誘導してくれました。子ども達もお兄ちゃん、おねえちゃんとしての自覚が出てきて、見ていてもとても微笑ましかったです。

月刊絵本「かさじぞう」が大好きで「じよいやさ、じよいやさ」の部分と一緒に言って楽しく見えています。大まかなストーリーを覚え読もうとする子もいます。本来、子ども達は、絵本が大好きです。ご家庭と保育園で絵本に親しむ時間を作って、ますます絵本の好きな子に育てていきましょう。







## 保育目標

- 寒さが厳しい時期なので、一人ひとりの健康状態に気を配り、元気に過ごせるようにする。
- 冬の自然に触れたり体を動かしたりして遊ぶ。

## お願い

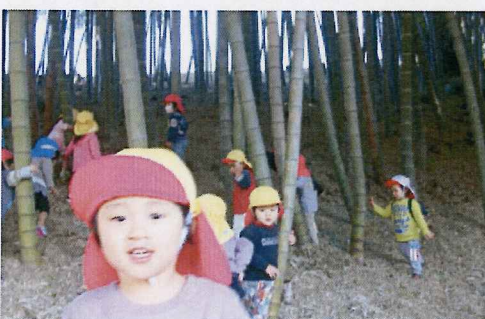
- トラブルなどの原因になりますので、こまめに爪を切って下さい。
- 大きすぎる靴は、つまずいたり、転んだりしやすくあぶないので足にあったサイズの靴で登園して下さい。



## 子どもの様子

きりん組は、インフルエンザにかかるお友だちもほとんどいなく元気いっぱい過ごしています。給食もすぐに食べ終わり「おかわり下さい」と言う子どもが多いです。たくさん食べるので元気なのだと思います。

最近、ラジオ体操を園庭で行い、その後はマラソンをしています。喜んで参加してくれています。散歩では、竹山で遊びました。木の枝や葉っぱを使ってごっこ遊びをしたり、走り回ったり、虫探しをしたりして楽しんでいました。虫探しではカブト虫の幼虫をたくさん見つけたのできりん組の部屋で飼っています保育参観の時に見て下さい。







# ぱんだ組だより



## 保育目標

- ・身の回りのことを自分からできるようになった喜びを感じる。
- ・一人ひとりの体調に留意し、健康に過ごせるようにする。

## 子どもたちの様子をお知らせします

いちごの制作をしました。いちごの形に切った牛乳パックに、自分たちでちぎった折り紙をはりました。最初は紙をひっぱったり、丸めたり、上手に破れませんでしたが、コツをつかむと、集中して、楽しんでいました。のり付けでは、指を、べたべたさせながら、赤い折り紙をいちごの形に貼っていきました。自分で作ったいちごを皆に見せて、喜んでいました。



1月児童文化センターに  
みんなのいちごが、展示  
されました



## おやつも食事のうち

子どもの胃袋は小さいため、成長や運動のため、おやつは食事のようにかかせないものです。大切な栄養と水分を補います。ただ、甘いジュースやスナック菓子ばかりでは糖分脂肪分のとりすぎになりますので注意して下さいね。

## お知らせとお願い

- ・まいごの靴下や洋服などがあります。洋服や靴下など一つひとつに名前を記入をお願いします。
- ・給食のエプロンを使わない日もあります。進級に向けて、自分で出来る事を頑張っていきたいと思えます。着替えや靴をはくことなど、家庭でも少して良いので、見守りながら、援助をお願いします。3歳では驚くほど、出来るが増えて、成長を感じられると思えます。





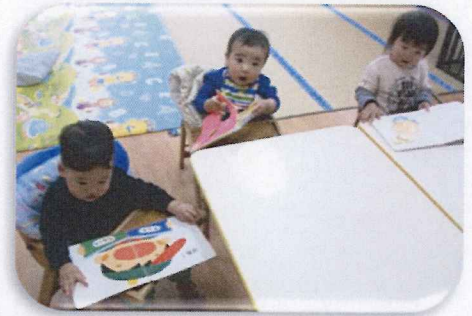


# うさぎぐみだより

## 保育目標

- \* 欲求や気持ちをしっかり受け止めてもらい、安心して興味のある遊びを楽しむ。
- \* 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。

## 子どもの姿



段ボールを出して遊びました。子ども達は興味を示し出たり入ったりを繰り返し、友だちと仲良く中に入る姿も見られました。

うまく入れなかったお友だちは、手を添えてあげ中に入れると“ニコッ”とほほ笑んでいました。

「ガタンゴトン」と言いながら動かすと、「キャッキャッ」と声をあげて「もう一回」と喜んでいきます。

また、絵本が大好きな子ども達で、ページをめくり指さしながら、色々な言葉を発し絵本を楽しんで見えています。

## 「歩きたい欲求」を満たして

自分で歩きたくなると、手をつなぐことを嫌がり1人で歩きたいという気持ちがでできます。

公園など広くて安全な場所で自由に思う存分歩き回れるよう、子どもの歩きたい欲求を満たしてあげるといいですね。

### 安全のために...

子どもが1人で歩いているとき、転倒に気をつけながら子どもの後ろについて見守り、子どもが「自分で歩いている」ことを実感できるようにする。

また、車が通る危険な場所では、「手をつなぐ!」ということとその都度知らせ習慣づけることが大切です。

## 新しいお友だちです。

くろき ゆうまさん

(7ヵ月)

よろしくお願ひします。







# げんきだより



平成 27 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。

## インフルエンザが流行しています。

今シーズンは、昨シーズンと比較して 3 週間早くインフルエンザの流行期に入りました。インフルエンザは、咳やくしゃみのしぶきや、唾液に含まれるウイルスを吸い込んだり、ウイルスが付着したものを介して感染します。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。

## ワクチンの接種を受けても

### インフルエンザにかかってしまうのはなぜ？

ワクチン接種を受けたのに、インフルエンザにかかってしまった、という経験をされた方も少なくないと思います。

インフルエンザにかかるときは、ウイルスが口や鼻から体の中に入ってくることから始まります。体内に入ったウイルスは次に細胞に入って増殖します。この状態を「感染」といいますが、ワクチンはこれを完全に抑える働きはありません。ウイルスが増殖すると潜伏期間を経てインフルエンザの症状が現れますが、これを「発症」といいます。ワクチンには、この「発症」を抑える働きが一定程度認められています。発症後、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症などの重い合併症が現れ、入院治療が必要になったり、死亡される方もいます。これをインフルエンザの「重症化」といいます。ワクチンの最も大きな効果は、この「重症化」を予防する効果です。

## 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……



チェック!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

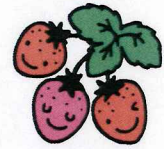
## 背すじぴん! で 元気!

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。



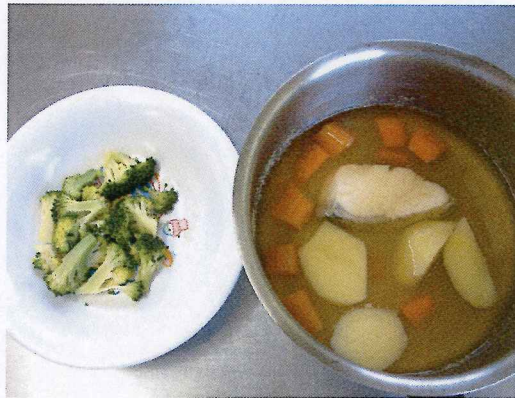


# 食育だより No. 4

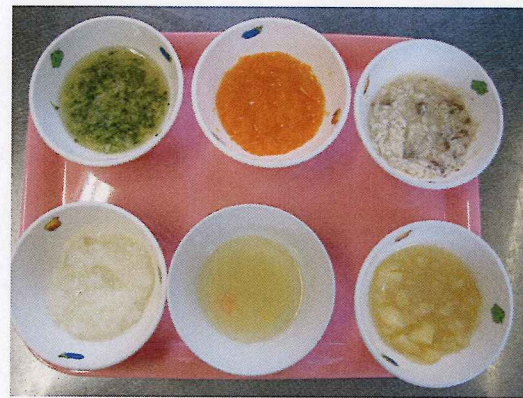


## 《保育園の離乳食》

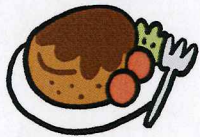
保育園では、子どもさんの一人ひとりの成長に合わせて、担任の先生と量・形状などを話し合いながら作っていきます。



↑  
茹でたブロッコリー  
白身魚・じゃが芋・にんじん



↑  
〈上段〉 ◎ブロッコリーの刻み  
◎人参の小刻み  
◎白身魚のほぐし  
〈下段〉 ◎おかゆ  
◎野菜スープ  
◎マッシュポテト



離乳食終了には、下の写真の様になります。

この時期の子どもさんの噛むことは、唾液の分泌による免疫力を高めたりあごの発達にとっても重要です おうちでも言葉かけをしてあげてください。



朝起きたばかりの子どもは  
低血糖・脳の体温が低い

寝ぼけた状態

早寝・早起き・朝ごはん！

### 理想の朝食



メニュー／ごはんのみそ汁、ノリに生卵、納豆など、「日本旅館で出るような定番朝食」が理想です。パン・コーヒーでは栄養不足ですので、卵料理と生野菜を加えるなどの工夫をしましょう。



考え方／速やかにエネルギーを補給できる「糖質」、体温を上昇させる「タンパク質」を摂取するようにしましょう。また、胃腸の働きを良くするために、食物繊維が補えればなお良いです。

