



たいようっこだより

平成28年12月1日 北今泉保育園

今年も早いもので、カレンダーもあと1枚となりました。師走、大人にとっては何かと忙しい月ですが、子どもたちにとってはもちつき、クリスマスと楽しみがいっぱいです。「♪あわてんぼうのサンタクロース～」「♪もういくつ寝るとお正月～」と歌ったりする中で、年の瀬や新しい年への期待が膨らんでいます。これから寒さも厳しくなることと思いますが、体調を崩したりしないよう、元気に過ごしましょう。

行事予定

1日	木	安全点検・園内整備
2日	金	不審者対応訓練
6日	火	体育遊び(年長・年中)、さとうきび砂糖作り
7日	水	餅つき会
8日	木	角笛シルエット劇場(ぞう組)
9日	金	焼き芋会
12日	月	身体計測
13日	火	身体計測・交通安全教室
14日	水	避難訓練(総合訓練)
15日	木	安全点検・園内整備、英語遊び
20日	火	体育遊び(年長・年少)
21日	水	リズム・わらべうた遊び
22日	木	クリスマス誕生会・エコ活動
26日	月	音楽遊び
28日	水	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 (2さい)
 しげやま そらさん (3さい)
 かみのかわ ゆうまさん (4さい)
 うえはら さえさん (5さい)
 まつもと けいたさん (5さい)
 ひらばら あんりさん (6さい)
 ながくら そうたさん (6さい)
 たけうち みみさん (6さい)
 とだか るいとさん (6さい)



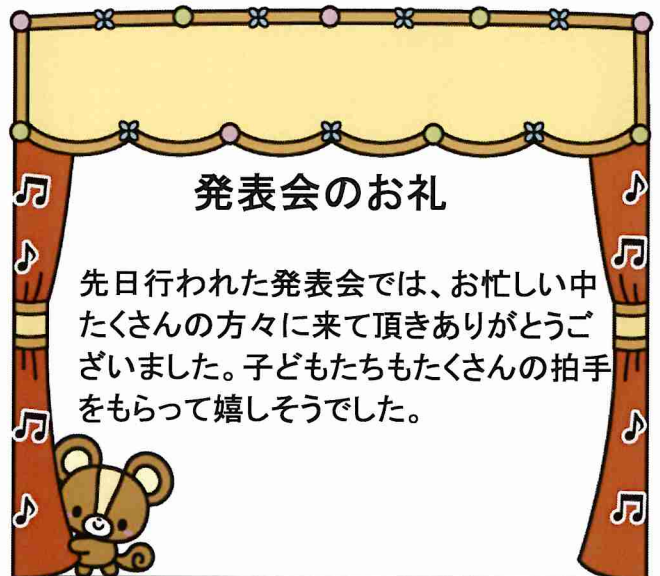
おねがい

- ・12月は楽しい行事が盛りだくさんです。準備物や登園時間など掲示しますので、ご確認ください。
- ・インフルエンザ、胃腸炎等の感染症には早めの対応をお願いします。



発表会のお礼

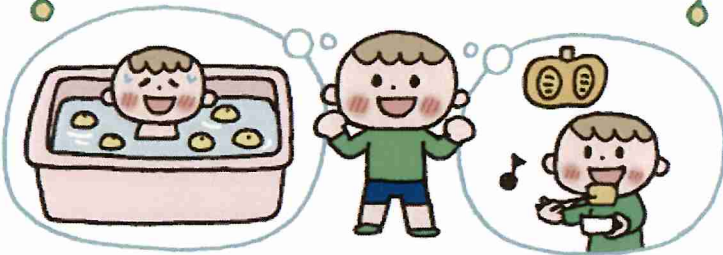
先日行われた発表会では、お忙しい中たくさんの方々に来て頂きありがとうございました。子どもたちもたくさんの拍手をもらって嬉しそうでした。



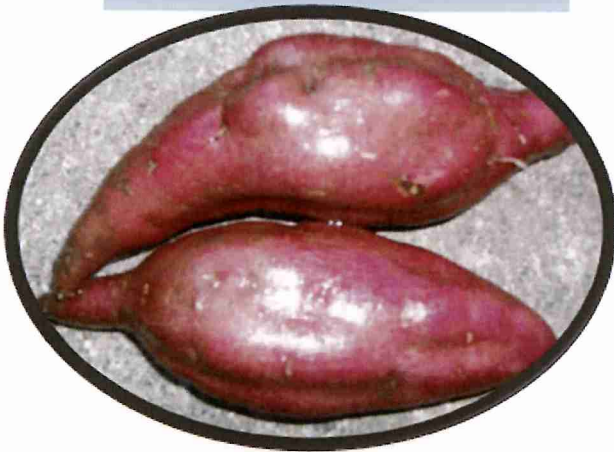
食育だより

冬至にすること

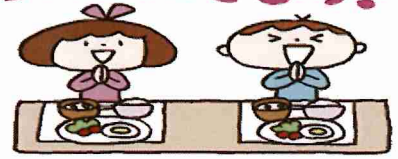
一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんきん）を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれます。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。



みんなで収穫したお芋
けんちん汁や大学芋で
いただきました。



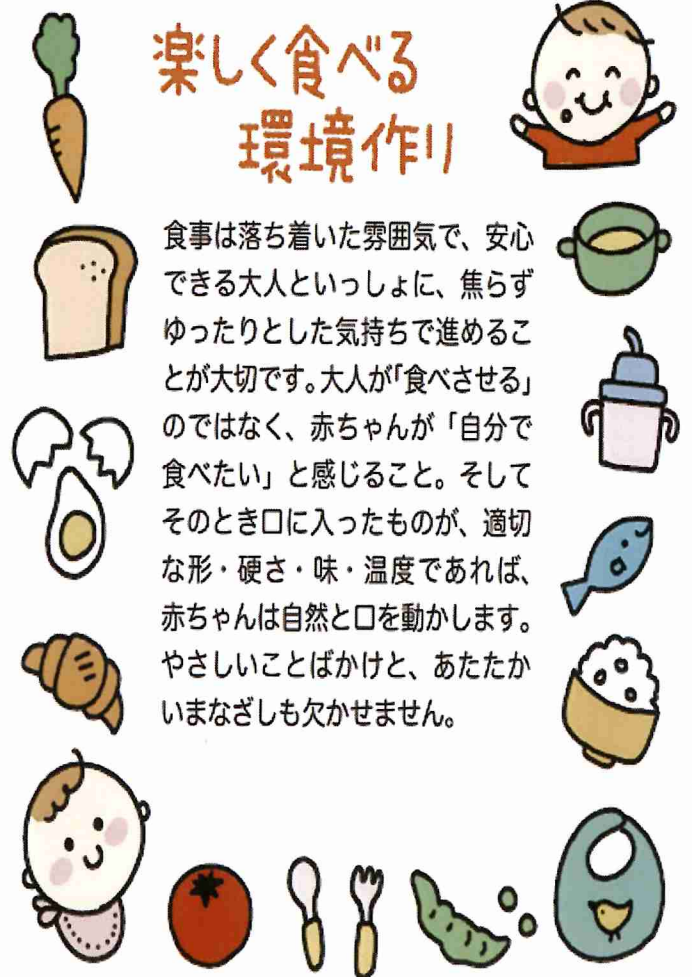
いただきます!



離乳食の「なぜ」「困った」

歩けるようになると、遊び食べをしてしまうことがあります。そのような時は、追いかけて食べさせてはいけません。「食べようね」と、根気よく声をかけて、食べに戻ってこなくても30分と時間を決めて、片付けてしまいましょう。お腹が、すくようでしたら1時間後におにぎりをあげてもよいでしょう。

楽しく食べる 環境作り



食事は落ち着いた雰囲気、安心できる大人といっしょに、焦らずゆったりとした気持ちで進めることが大切です。大人が「食べさせる」のではなく、赤ちゃんが「自分で食べたい」と感じる。そしてそのとき口に入ったものが、適切な形・硬さ・味・温度であれば、赤ちゃんは自然と口を動かします。やさしいことばかけと、あたたかいまなざしも欠かせません。



げんきだより



2016年12月
清武社会福祉会

寒かったり温かったりと気温の差が激しく、寒さに体が慣れないうちに冬がやってきました。そろそろ流行が気になるインフルエンザやかぜのウイルスは冬の寒さと乾燥を好みます。日ごろから予防を心がけ、元気に冬を過ごしましょう。

子どもの便秘

私たちが口から食べたものは、ほぼ一泊二日の体内旅行を経て排便されますが、最近、便秘がちな子どもが増えてきています。おなかが張って痛んだり排便時に肛門が切れて出血したりと、症状が続くとさらに便秘が悪化し悪循環をまねきます。「たかが便秘」と軽く考えず、便秘予防・解消に日々つとめましょう。

病的な原因を除いて、便秘の原因として挙げられるのは、食事（偏食・水分不足・タンパク質に偏った食事）、環境の変化などのストレスやプレッシャーであり、便秘が起こりやすい時期は、離乳の時期・トイレトレーニングの時期・小学校入学の時期が多いと言われています。

便秘予防・解消するには

- 十分な水分摂取
- バランスの取れた一日三回の食事
- ストレスやプレッシャーの緩和
- 早寝早起きの規則正しい生活
- 適度な運動

食を楽しみ、質のいいウンチを作り、お腹の健康を保ちましょう。



心配なうんちは 色や形でチェック!

子どものうんちを毎日観察しましょう! 健康状態を知ることができ、病気の発見につながることもあります。

理想はバナナうんち ココロうんち ヒジヒジうんち



黄色から茶色で
するっと出ます

野菜や水分が足
りないみたい

おなかの調子が
よくないみたい

白、赤、黒いうんちは注意!

酸っぱいにおいの白い下痢便は感染症、赤や黒のうんちは腸や肝臓の病気にかかっていることが、すぐに受診を!



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
大流行することも	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



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

宮崎市内で流行しています

感染性胃腸炎
咽頭結膜熱(アデノウイルス)
手足口病
溶連菌咽頭炎

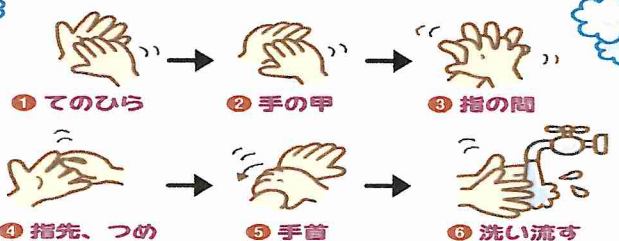
手洗い・うがいを励行し
予防に努めましょう。



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。念入りにな



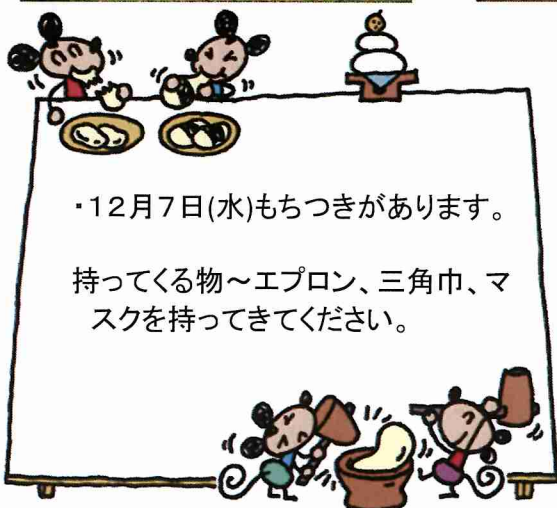
保育目標

- * 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一生懸命頑張っていました。毎日のように「自分達から踊りたい」と言って意欲的でした。他の子どもがする振付も覚えたり、歌ったりと楽しんでいました。

11月2日にいもほり遠足に行きました。保育園の近くの畑で、大きないもを掘ったり虫を見つけたりして満足そうにしていました。その後大久保学習センターに行き、鬼ごっこをしたり虫とりや木の実や落ち葉を取ったりして楽しみました。弁当も喜んで食べていましたよ。弁当ありがとうございました。自分達でひろった落ち葉や木の実を使って作品を作り、子ども達も喜んでいました。作った作品を清武町文化祭に出展しました。とてもかわいい作品ができました。



幼年消防フェスティバルに行きました。地震体験車に乗ったり煙体験ハウスに入ったりと貴重な体験をする事ができました。





保育目標

- * 冬の生活の仕方を知り、身の周りの始末など進んでできるようにする。
- * 思ったことや感じたことなど伝え合い、友だちと共通の目的を持って遊びを楽しむ。

子どもの姿

朝、部屋にはいると、「ゆき先生～ままごとしていい？」と聞いてきて、「タオルやお帳面の準備ができたなら遊んでいいよ～」と伝えるとすぐに始末を始め友だちと一緒にいろんなものを作っています。使いたいときは「これ貸して？」「いいよ」と言って仲良く遊ぶ姿が見られます。お片付けも自分たちで「これ違うよ、こーだよ～」と言いながらみんなでお片付けも楽しみながらしています。

晴れた日は、戸外で思いきり体を動かして遊んでいます。「鬼ごっこしよう」や「だるまさんがころんだ」しようと言ってみんなでわいわい言いながら楽しんでいます。



宮崎学園短期大学の保育実習で、落合ひなさんがきてくれ、くまぐみのお友だちと一緒に「みのむし」を作ってくれました。子どもたちは、できあがり部屋に飾ると嬉しそうに見てました。



お手伝い、大好き♪

お手伝いが大好きな子どもたちで、「先生、台拭き誰がすると？」と言って、交代で拭いてくれています。

給食のときもお手伝いをお願いすると嬉しそうに運んでくれています。

興味があることは、なんでもやってみたい。

その好奇心、チャレンジする気持ちをうまく利用しながら、お手伝いをする楽しさ、面白さを味わえるといいですね。

簡単なことをお願いしたり、約束を伝えながら、「ありがとう」と言って褒めてあげてください。





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、ごっこ遊びを楽しんでいます♪

秋の遠足では、園の畑でできた大きなさつまいも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、温かい拍手ありがとうございました♪



ないきり♪ごっこあそび

お友達とのやりとりを楽しむ遊びが増えてきたきりん組さん♪

男の子達は、戦隊物になりきって園庭で走り回ったり、ポーズを決めたりすっかりなりきっています！！

又、新しく増えたままごとセットやキッチン台では、いつの間にか「パパ！〇〇してね～！」や「すみませ～ん！」とままごとやお店やさんごっこを楽しむ姿が見られ、とても微笑ましいです♡



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！

ぱんだぐみだより

保育目標

- ◎ひとりひとりの体調に留意しながら、寒い時期を元気に過ごせるようにする。
- ◎保育者や友だちと言葉でのやり取りをしながら、ごっこ遊びやつもり遊びを楽しむ。

子どもの姿



芋ほり遠足♪最初は土に触れることをためらっていましたが、土遊びから始まり保育者やお友だちと土を掘ってお芋をとることに夢中になっていた子どもたちでした！
「よいしょ！」「おいも～！」などと、声に出してお芋ほりの楽しい時間を過ごしました。

また、外遊びでは砂遊びが大好きなぱんだぐみさん。砂の入ったお皿に落ち葉を飾って、ままごとをしたりと、砂の感触を味わいながら遊ぶ姿も見られます。



発表会♪

お遊戯とてもかわいかったですね～！
たくさんの拍手をありがとうございました。



保育目標

- ひとりひとりの健康状態を把握し、寒い時期を健康に過ごせるようにする
- 探索活動を楽しみながら、体を十分に動かして遊ぶ



【最近のこどもたちは…】

お友だちの事が気になり、同じロッカーの中に入ったりして、同じ場所で遊んでいることが多くなりました。お友だちの持っている物がほしくて取り合いになり、大きな声で怒ったり泣いたり…。でも、これも大きな成長のひとつです。時には顔を見合わせてにっこりし、ひとりが「いないいないばー」をすると、他の子も同じように真似をして笑っています。とってもかわいい子どもたちの姿です。

今月は、餅つきやクリスマスと楽しい行事がたくさんあります。子どもたちと一緒にこの時期ならではの雰囲気を楽しみながら、元気に過ごしたいと思います。



おねがい！

- ・寒くなってきましたので、掛布団をもってきてください。
- ・寒い季節は、いろいろな感染症が流行する時期です。いつもと様子が違うときには、必ずお伝えください。

先日の生活発表会にはたくさんの方に来ていただきありがとうございました。

子どもたち、とってもかわいかったですね。ご協力ありがとうございました。

