



# 1月かのっこだより



平成29年1月4日  
南加納保育園

## あけましておめでとうございます

お正月はご家族で楽しく過ごされた事だと思います。

新しい年を迎え、今年もまた子どもたちの健康と成長を願いながら、職員一同保育に励みたいと思っております。本年もよろしくお願ひいたします。

### 行事予定

1	日	元旦
2	月	振替休日
3	火	
4	水	保育始め 安全点検 園内清掃
5	木	
6	金	体操教室(4・5歳児)
7	土	
8	日	
9	月	成人の日
10	火	身体計測(未)
11	水	身体計測(以) 防犯訓練
12	木	記念写真撮影
13	金	誕生会 児童文化センター作品展示(25日まで)
14	土	
15	日	
16	月	加納中体験学習
17	火	ダンス教室
18	水	おでかけ保育(年長児・博物館)
19	木	避難訓練(地震)
20	金	体操教室(3,5歳児)
21	土	
22	日	
23	月	加納中体験学習
24	火	交通指導
25	水	英語教室
26	木	人形劇
27	金	音楽教室
28	土	保育参観
29	日	
30	月	
31	火	

### お誕生日 おめでとう

かい しのさん(2)	いしだ ひろとさん(3)
おおやま うたさん(3)	ながさき みゆさん(3)
かわはら きいさん(4)	もりたか ゆうせいさん(4)
ひだか くうあさん(4)	はまだ ゆいさん(5)
いわなみ じょうさん(5)	



### おしらせ

- ☆ 16日、23日に加納中学校の3年生が体験学習にみえます。
- ☆ 26日は劇団ぱれっとを園に呼んで人形劇(ピノキオ)を観劇します。
- ☆ 12日は記念写真撮影です。全クラスのお友だちとの思い出をつくりたいので、今年は0歳児～年長児まで一緒に撮りたいと思います。

### おねがい

- ☆ インフルエンザや嘔吐下痢などの感染症が流行する時期なので、体調不良の時は必ず職員にお知らせください。

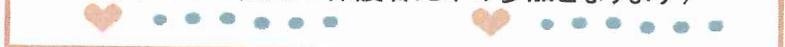
### 行事予定

1/28(土)…保育参観

2/10(金)…マラソン会

3/11(土)…卒園式

(卒園式は年長児の保護者だけの参加となります)





# 食育だより



南加納保育園

平成29年1月

あけましておめでとうございます。

新しい年を迎え、ご家庭で楽しく過ごされたことだと思います。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。また、手洗いやうがいをしっかりして、食事を美味しく食べて、元気に過ごしましょう。



正月の行事と食べ物のいわれを知る。

○おせちは「お節句料理」が変化したものです。

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中で、年の初めを祝って食べるおせちには様々な願い事の意味が込められています。（無病息災、子孫繁栄の願い）

○「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す。

1月7日は七草

（セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ）  
お正月のごちそうで、胃腸に負担がかかっている体には、恰好の食事と言えるでしょう。

七草の根菜には、ビタミンA・B・そしてカルシウムなどミネラルが豊富です

## 寒さに負けない体をつくろう！



強い体をつくるためには、体の免疫力や抵抗力を高めることが大切です。  
それには、自分に見合ったエネルギーを確保するために、  
まずは3食をしっかり食べましょう。

栄養バランスのよい食事に加え、ビタミン類をしっかりとることが大切です。  
ビタミンA・・・皮膚や粘膜を強くしたり目の健康に役立つ働きがあります。  
ビタミンC・・・体の抵抗力を高めてくれます。

ビタミンA、Cが多く含まれる野菜や果物を積極的にとりましょう。

A(人参・大根・大根の葉・ほうれん草・かぶ・にら等)

C(ブロッコリー・ピーマン・いちご・キウイ・レモン等)



## 災害への備え～いざという時のために

災害時には、水道、電気、ガスといったライフラインが、とまる事により生活に様々な支障がでてきます。特に生命にかかる食品や飲料水については、日頃から適切な備え(3日分×人数)が必要です。

長期保存が可能な食品を買い置きし、非常時に役立てましょう。

### 【買い置きしたい食品の例】

(主食) 米・レトルト白米・もち・乾パン・コーンフレーク・即席麺・そうめん・うどん・芋類

(主菜) 缶詰類・ツナ缶・コンビーフ・大和煮・果物缶・レトルト食品

(副菜) 即席汁物・乾燥野菜・乾物・海苔・わかめ

(飲料) 水・お茶・ジュース・スキミルク・LL牛乳

(その他) 菓子類・氷砂糖・梅干・ドライフルーツ



# げんきだより

平成29年1月号  
清武社会福祉会

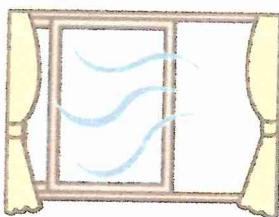
あけましておめでとうございます。新しい1年のスタートです。  
今年も元気に過ごすために、食事、運動、睡眠のバランスを大切にしていきましょう。

## 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気をつけましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



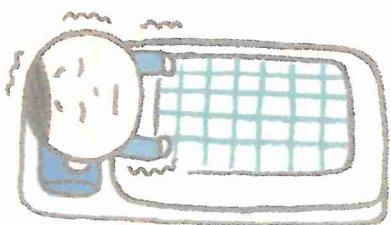
早寝早起きをしましょう



宮崎市では、インフルエンザ、RSウイルス感染症、感染性胃腸炎、溶連菌感染症、咽頭結膜熱など多くの感染症の流行が報告されています。体調が悪いなと感じたら、早めに医療機関を受診し、症状が悪化しないようにしましょう。また、感染拡大防止にも努めましょう。

### 気を付けて！ インフルエンザ脳症

インフルエンザの合併症の一つで、主に5歳以下の子どもに発症します。発症から比較的早い時期に、けいれんを起こす、呼びかけても反応しないなどの意識障害の他に、急に怒ったり、怯えたり、うわごとを言うなどの言動が見られることもあります。このような症状が出たらすぐに医療機関を受診してください。



### ● 咳エチケット

咳やくしゃみをする時は、病気が広がらないよう周囲への気配りが必要です。咳エチケットを守り、感染を防ぎましょう。



●咳、くしゃみをする時はティッシュペーパーで鼻や口を押さえ（もしくは自分の腕で口を覆い）、周りの人を避けて行いましょう。



●マスクをして、他の人にうつさないようにしましょう。



●鼻をかんだ後のティッシュペーパーは、すぐにゴミ箱（できればふた付き）に捨てましょう。



# どうぐみだより



## あけましておめでとうございます。

新しい一年が始まりました。ご家庭でもよいお正月をお迎えになられたことだと思います。子どもたちの休み中の生活はどうだったでしょうか？お正月は何かと不規則なリズムになりがちです。少しずつ今までの生活リズムに戻していきたいと思います。年長さんは、「もうすぐ一年生」に、年中さんは年長さんになるという期待感や不安感、それぞれの思いを受け止めて、残りの期間を一緒に楽しく過ごせるようにしたいと思います。



### 〈保育目標〉

- 生活のリズムを整えながら、健康、安全に留意し、元気に過ごせるようにする。
- 冬の生活の仕方が身につき、自分でしようとする。

### 【貸し出し絵本が始まります！】

絵本が大好きな子どもたちに貸し出し絵本を始めました！(専用のバックに入れて持ち運びして下さい。) 親子で一緒に絵本を読んで下さると嬉しいです。

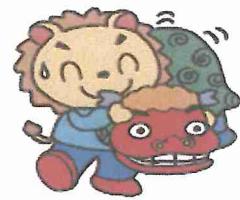
\*絵本を大切に扱うことも伝えていきましょう。

先月の祖父母での正月飾りたくさんのご参加ありがとうございました。

☆先月作った、正月飾り(年長のみ)

1月10日(火)までに持ってきて下さい。

※1月13日(金)～25日(水)まで児童文化センターで行われる作品展に出展する予定です。  
よろしくお願いします。



### お知らせとお願い

- ・ 年長児は、今月からお昼寝を減らしていくますが、寝具は引き続き、毎週持たせて下さい。文字の練習、卒園式に向けての準備をしていきたいと思います。活動、行事に合わせて週に2回ほどを考えています。鉛筆の正しい持ち方や正しい姿勢を身に付けたいと思っています。
- ・ 1月28日(土)は保育参観です。普段の子どもたちの園で生活している様子や遊びを一緒に参加しながら、見ていただきたいと思います。たくさんのご参加お待ちしています。
- ・ 2月10日(金)はマラソン大会です。練習を始めたいと思いますので足に合った靴を履いてきて下さい。また、2月からの体操教室はなわとびを使いますので、準備をお願いします。
- ・ 汗物に髪の毛が入ると不衛生なので、髪の毛の長い子は結ってきて下さい。ゴムは飾りのないものをつけてきて下さい。また、カバンにキーホルダーをつけることも危険防止のためやめましょう。ご協力をお願いします。



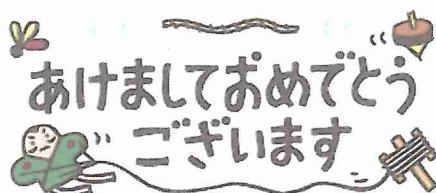
# ういはんぐみだよい



## 保育目標

○日本の行事を知り、季節の遊びを楽しむ。

○寒さに負けず、進んで体を動かして遊ぶ。



新たな年がスタートしました。連休明けで朝がつらいかと思いますが、少しずつ生活リズムを戻しながら元気に過ごしていきましょう。

今月は、正月ならではの伝統的な遊びを取り入れたり、季節ならではの自然現象など楽しめるようにしたいと思います。

また、マラソン大会に向けて体力づくりも行います。寒いから。。。と、厚着になったり、手をポケットに入れたりする子が増えていますが、寒さに負けず、体を動かして遊べるように考慮していきます。

また、感染症の予防・対策も引き続き行なっていきます。子ども達も手洗い・うがいを進んでするようになりました。が、寒くなってくると手洗いが雑になったり、しない子が見られます。手洗い・うがいの習慣が身につくよう、ご家庭でもご協力をお願いします。

今年も  
よろしくお願ひします！



園では毎日、絵本に親しみながら過ごしています。絵本が大好きな子どもたちです。ぜひご家庭でも園の絵本をご活用ください！



## 絵本の貸し出しを始めます

子ども達が選んだ絵本を持ち帰った際は、親子のコミュニケーションとして一緒に絵本を楽しんでください。

絵本を大切に扱うことも同時に伝えていきましょう。



◎なわとびの準備をお願いします。

今月の体操教室は、鉄棒を行いますが、来月から‘なわとび’の予定です。  
必ず長さの調節を行ってから持たせてください。また、記名もお願いします。

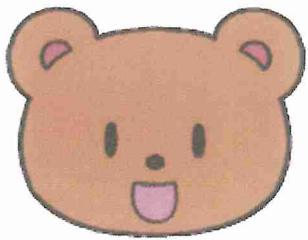
◎今月13日(金)～25日(水)まで、児童文化センターで作品展が行われます。  
出展しますので、ぜひ御覧ください。

◎2月10日(金)にマラソン大会を行う予定です。

◎安全のため、カバンにキーホルダーは付けないようお願いします。

また、髪の長い子は飾り無しのゴムで結いましょう。小さいゴムは切れやすく、誤飲にもつながるので避けて下さい。





# くまぐみだより



## ★今月の目標★

- ・一人ひとりの体調の変化に対応し、感染症予防のため保健衛生に留意する
- ・冬の自然にふれながら、寒さに負けず戸外でからだを動かしてあそぶ

## ★クラスの様子★

だんだん空気が冷たくなってきましたが、子どもたちは寒さにも負けず毎朝元気に「おはよう！」とあいさつしてくれています。

最近は、自分でできることも多くなり、ますますお兄さんお姉さんになってきています。外あそびの前には着替えの服を準備したり、教えてもらいながら脱いだ服を自分でたたんで片付けたりしています。また、子どもたち同士で「ここはこうするんだよ！」と教え合う姿も見られるようになりました。

食事の際のお当番を3歳児を中心として行っていますが、「今日はぼく（わたし）がお当番だよ！」と張り切る姿が見られます。今月より、毎日のお当番のメンバーを決めて、順番に行いたいと思っています。少しずつ、責任感がでて張り切ってくれるのではないかと期待しています。

今月は戸外あそびや運動あそびを通して、来月のマラソン大会に向けて、楽しみながら体力作りをしていきたいと思います。



## ★お知らせ★

- ・20日（金）は体操教室です。3歳児のお友だちは体操服での登園をお願いします。
- ・今月より3歳児のお友だちは、食後のはみがきを始めたいと思いますので、週の始めに巾着袋にコップと歯ブラシの用意をお願いします。
- ・体調を崩しやすい時期ですので、こどもさんの様子が普段と異なる時はお知らせください。
- ・13日（金）～25日（水）まで、児童文化センターで作品展がありますので、ぜひご覧ください。
- ・28日（土）は保育参観となっています。身の回りの始末も自分たちで行えるようになってきた子どもたちの成長や、親子でのふれあいを通して、保育園での子どもたちの様子を御覧いただきたいと思います。



# 1月うさぎぐみだより

～あけましておめでとうございます！～

新しい年の始まりは、何か素晴らしいことが起こりそうな期待感でいっぱいになります。子どもたちにとってこの一年は、成長と変化の連続です。子どもたち一人ひとりがのびのびと健やかに成長することを見守っていきたいと思います。よろしくお願ひいたします。

## ～保育目標～

- 生活リズムを整えながら、寒さに負けず戸外で体を動かして喜んで遊ぶ。
- 正月の雰囲気を楽しみ、ごっこ遊びや見立て遊びなどを通して、友だちと関わりを深める。

☆ 風が穏やかで暖かな日は、元気に外遊びをしたり、散歩にもたくさん出かけたいと思います。

## ～おねがい～

- お昼寝用の掛け布団を用意されていない方はご準備ください。
- 上着を着て外遊びをすることもありますので、動きやすいものでお願いします。
- 履きなれた靴をお願いします。

## ～作品展のご案内～

☆ きよたけ児童文化センターにて、子どもたちの作品展が開かれます。  
ぜひご覧になってください。

【期間 1月13日(金)～1月25日(水)まで】

## ～保育参観のご案内～

☆ 1月28日(土)の保育参観は、オニの面作りを予定しております。お忙しい中かとは思いますが、ぜひこの機会に園でのお子様の様子をご覧ください。

## ～風邪予防～

☆ 寒さの到来とともに、風邪やインフルエンザなどの流行が予想されます。  
休養・栄養をしっかりと予防を心がけられてください。

新しいお友だち

いりさ ちはるさんです。よろしくお願ひします。



# ひよこぐみだより

1月号



あけましておめでとうございます

今年も宜しくお願ひ致します。

お正月休みは、いかがでしたか？子ども達も、お正月でなければ味わえないいろいろな経験を楽しんだ事だと思います。

1月は、寒さも厳しくなりますが、毎日元気に過ごしていきたいと思います。

## 保育目標



○寒い時期を健康で快適に過ごせるようにする。

○体を動かしたり、身の回りの物に興味や好奇心をもって遊ぶ事を楽しむ。



## 子ども達の姿

☆自分でしたいという興味や意欲が出てきて、一人で頑張ってズボンを履こうとしています。時間はかかりますが側で声かけをしながら見守り、自信や次の意欲に繋げていくよう援助していきたいと思います。

☆毎日元気で動きも活発になってきました。まだ少し不安定ですが、伝い歩きや一人歩きも盛んになり行動範囲が広がり楽しく遊んでいます。

体を動かし十分遊べるよう工夫していきたいと思います。

☆0歳だったお友だちもみんな1歳になりました。

お片付けが始まると、おもちゃを片手によちよちと歩きカゴに入れようとする姿がかわいいです。みんなそれぞれ大きくなりました。



### お願ひ

○いろいろな感染症が流行する時期です。体調の悪い時や気になる時は必ずお伝え下さい。

○靴下、防寒着などにも必ず名前の記入をお願い致します。

### 新しいお友だちです。

たにぐちあかねさん

仲良く遊びましょう。



子どもは、「暑さ」「寒さ」をうまく伝える事が出来ません。大人の感覚で部屋を温めすぎたり、服を着せすぎたりしがちです。薄着を心がけ、換気をして部屋の空気を綺麗にしましょう。