



# くろさかっこ



令和6年・1月 黒坂保育園



明けまして おめでとうございます。  
今年もよろしくお願ひ致します。



新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔あふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。今年度も残りわずかですが、一日一日を大切に元気に過ごしていきたいと思います。

**おしゃせ**

○2月3日(土)は保育参観を予定しております。詳細はコドモンにてお知らせ致しますので、よろしくお願ひします。

## 12月の振り返り もちつき

もち米を洗ったとき  
汁は真っ白だね。

○13日(水)にもちつきがありました。前日からもち米を洗う様子を見学したり、杵を使ってついたり、つきたてのお餅を丸めて鏡餅を作る体験を楽しみました。

もちつきの真似っこを楽しみましたよ。



**かるた大会**

○1月25日(木)はかるた大会になっております。年長児さんの中から8名の子ども達が園の代表として参加します。日頃から練習を積み重ねてきた子ども達。当日、練習の成果が発揮できるよう、皆で応援したいと思います。

## クッキング(ピザつくり)以上児クラス

○25日(月)にピザ作りをしました。餃子の皮に食材やチーズをトッピングしたりしながら、子ども達それぞれオリジナルのピザを作りました。

## クリスマス誕生会

22日(金)にクリスマス誕生会がありました。ダンスの練習をしているとサンタさん登場。一緒にダンスを踊ったり、プレゼントをもらったりと楽しい時間を過ごす事ができました。



園長先生のお話を真剣に聞いています。

火災を想定しての避難訓練では「おはしも」のお約束を守って、スムーズに落ち着いて避難することができました。

20日(水)に避難訓練(消火訓練)がありました。武田ポンプさんにより消火器の扱い方を指導してくださり、職員の実地訓練を行いました。

**避難訓練**

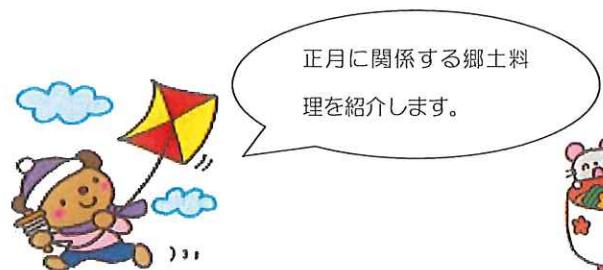
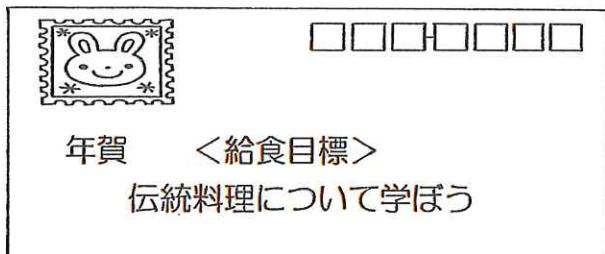
先生達がんばれ



# 1月 給食だより!

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

新しい年を迎え、ご家族で楽しく過ごされたことと思います。今月は、七草粥や鏡開きなど1月ならではの料理を楽しみましょう。ご家庭でも食べ物の由来の話などから、楽しい食卓の会話が広がると幸いです。



(食育目標) 行事食や伝統料理のいわれを伝える

○おせち料理

「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。

○七草がゆ

新春に摘むことができる七種の野草は「春の七草」と言わされ、これらを入れた粥を食べると、お正月料理で疲れた胃腸を整え、1年間病気をしないといわれています。

★春の七草、言えるかな★

せり、なすな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ

※「すずな」はかぶ、「すずしろ」は大根で、お粥では葉の部分を使います。



保護者の方に頂いた苗が  
こんなに育ちました!  
給食に使用しました。



宮崎県の郷土料理

☆煮しめ

煮汁が残らないように、じっくり時間をかけて煮ることを「煮しめる」といい、その料理方法から「煮しめ」と呼ばれるようになりました。現在では、お惣菜になっていますが、もともとは祝い事や冠婚葬祭には欠かせない料理でした。

☆ねりくり

宮崎ではサツマイモのことを甘藷(かんしょ)と呼びます。かんしょで作る「ねりくり」は、地域によっては「ねったば」「からいも餅」「ねったくり」となどと呼ばれています。

「ねりくり」は宮崎弁で「つき混ぜる」ことを意味し、また「ぼったぼった」と練って作る様子からその名がついたと言われています。



内閣府の事故防止ガイドラインにて、りんごは離乳完了期まで加熱することとなっています。本園では薄切り後、加熱し、みじん切りにして提供しております。



# げんきだより



清武社会福祉会

令和6年1月号

あけましておめでとうございます。新しい1年が幕を開けましたね。今年もうがい、手洗い、咳エチケットで、感染症予防をしながら元気に過ごしましょう。

## 低温やけどに注意しましょう

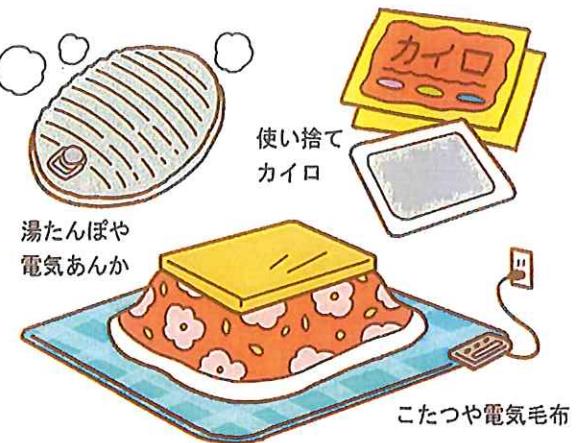
低温やけどは、使い捨てカイロなど、身近なものが原因になります。50度なら3分間押しつけているだけで、42度でも6時間触れていると、低温やけどを起こします。

低温やけどは少しひりひりしたり赤くはれたりするだけですが、実際には皮膚の深いところに及んでいることがあります。子どもは症状をうまく言えないので、皮膚のはれが長引くときは、念のため受診しましょう。

**低温  
やけどを  
防ぐには**

### 電気毛布は 寝る前ON、寝るときOFF

寝る前に電気毛布のスイッチを入れてふとんを温めておき、寝るときにはスイッチを切りましょう。



### 湯たんぽは 体から離して

電気あんかや湯たんぽは、睡眠中に触れないよう体から少し離れたところに置きましょう。



## せきで眠れないときは…



せきが続くと、体力を奪います。

呼吸が楽になるようにケアしてあげましょう。

### ① 身体を起こして

横になるとせきがひどくなるときは、縦にだっこしてあげましょう。

呼吸が楽になります。

### ② 部屋を加湿して

空気が乾燥していると鼻やのどの粘膜に負担がかかります。

寝室にも加湿器を置いて、のどを守りましょう。

### ③ ゆっくり休ませて

大人は熱がなければ大丈夫と思いがちですが、小さな子どもはせきでも体力を奪われます。早く休んだ方が早く治るので、ゆっくり過ごせるようにしましょう。

## 感染症情報

清武町内では、新型コロナウィルス感染症、インフルエンザA型、ヒトメタニユーモウイルス感染症、アデノウイルス感染症(プール熱・咽頭結膜熱・流行性角結膜炎)、溶連菌感染症、手足口病、感染性胃腸炎、突発性発疹の報告がありました。

ウイルス・菌が手についても、洗い流せば感染のリスクは下がります。手を洗うときは、せっけんをしっかり泡立てて、指の間、指先までしっかりと洗い、流水でよく流しましょう。