



くろさかっこ



令和4年11月
黒坂保育園

風に吹かれて舞ってくる葉っぱと遊ぶ子ども達の姿に心が和みます。園庭にたくさんある落ち葉や木の実を大切に小さな手に集めて、ままごとの材料にしたり、眺めたり秋の自然に触れて楽しんでいきます。今月は、散歩や遠足で園外にも出掛け、身体をたくさん動かして遊びたいと思います。

行事予定

1	火	英語教室・安全点検・エコ活動の日
2	水	
3	木	文化の日
4	金	太鼓教室（年長児） 
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	幼年消防フェスティバル・身体計測・検尿
10	木	スポーツ教室（年長、年中児）
11	金	誕生会・くれよん交流・就学時健診（清武小）
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	
16	水	総合避難訓練
17	木	秋の遠足 
18	金	
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	交通安全教室
23	水	勤労感謝の日
24	木	スポーツ教室（年長、年少児）・歯科検診
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	

運動会のお礼

運動会では沢山の応援や、温かい拍手を有難うございました。

お天気にも恵まれ楽しい運動会が開催ができました。ご協力有難うございました。



秋の遠足

11月17日(木)は遠足となっています。詳細はお便りにてお知らせいたします。お弁当など準備等がありますので、お願いします。



作品展おしらせ

清武総合文化祭(作品展)に子ども達の作品が展示されますので、是非見に行かれてください☆

期間
11月2日～11月7日(午前中)まで



こういゆう

みなみのかぜボランティア



療育センター
くれよん交流



せいりゅう支援学校(カレンダーを作ってくださいました)

手作りカレンダー(SDGs)





11月15日は七五三です。3歳・5歳・7歳の子どもが氏神様にお参りして成長を報告し、これからの健やかな育ちを祈る行事です。そこで食べられる「千歳あめ」は縁起物です。

細長い形状は、子どもが元気で長生きできるようにとの意味があります。昔、砂糖は貴重なものでなかなか食べる機会がなく、家族や親せき、ご近所の方々と長い千歳あめを分け合って食べることで、縁起を分け合ったといわれています。現在では安全面などを考え一口サイズのものも増えてきているようです。



11月24日は「和食の日」です。2013年12月に「和食」はユネスコ無形文化遺産に登録されました。和食を食べるうえで重要なのが「はし」の持ち方です。みんなは「はし」を正しく持っているかな？

🍴 まちがった つかいかた



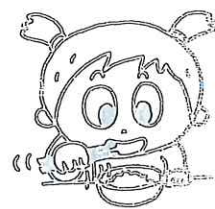
ねぶりばし



くわえばし



ふりばし



かきこめ

あったか豚汁

材料
豚肉
大根
人参
ごぼう
さといも
豆腐
ねぎ
味噌
煮干し

- 1 大根・人参はいちょう切りにする。
- 2 里芋は食べやすい大きさに切る。(里芋は冷凍でも大丈夫ですよ。)
- 3 豆腐は小さく四角にきる。
- 4 ねぎは小口切にする。
- 5 だし汁になかに1・2・3・の具材を入れ火が通るまで煮る。
- 6 フライパンで豚肉を炒め火が通ったら5に入れる。
- 7 味噌を🍴に入れ最後にねぎをいれ完成。





げんきだより

清武社会福祉会
令和4年度11月号

朝晩の冷え込みが厳しい季節になってきました。
寒暖差で風邪をひきやすくなります。本格的な冬に向けて、丈夫な体づくりを心がけましょう。

インフルエンザ対策



風邪よりも症状が重く、感染力が強いです。高熱やせき、鼻水、のどの痛み、関節痛などのつらい全身症状を伴います。家族みんなで予防を心がけましょう。

予防のために

- ① 予防接種を受けましょう。
- ② 家に帰ったら必ず手洗い・うがいをする。
- ③ 栄養のある食事と水分をしっかりとる。
- ④ 室内の温度・室温に気をつけ、こまめに換気する。
- ⑤ 人混みは避ける。

予防接種について

Q. 予防接種の効果はどれくらいで出る？
A. 2回目の接種を終えて2週間ほどたったころからです。

Q. 接種の方法は？
A. 生後6か月から受けられます。大人は1回接種ですが、13歳未満の子どもは2回接種が必要です。1回目の接種後、2～4週間あけて2回目を接種します。

※卵アレルギーがあるお子さんは、医師と相談しましょう。



薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもには1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

感染症情報

現在、宮崎市内では新型コロナウイルス感染症、手足口病、感染性胃腸炎、突発性発疹、ヒトメタニューモウイルス感染症などの感染症が報告されています。

特にヒトメタニューモウイルス感染症が多くみられます。発熱・咳・鼻水など風邪の症状とよく似ています。

引きつづき手洗い・うがいの徹底、マスクが着用できるお子さんはマスクを使用して予防を心がけましょう。

