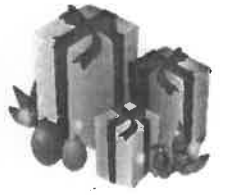




12月の園だより



今月の予定

令和4年12月1日

さかえ保育園

1日(木)	
2日(金)	
3日(土)	
4日(日)	
5日(月)	
6日(火)	誕生会 白菜ちぎり(1)大根の細切(5)
7日(水)	体操教室(幼)
8日(木)	ポニー教室(4, 5)
9日(金)	こんにゃくちぎり(2)
10日(土)	
11日(日)	
12日(月)	
13日(火)	食材紹介:れんこん
14日(水)	体操教室(幼)
15日(木)	
16日(金)	
17日(土)	
18日(日)	
19日(月)	ごほう洗い(3)
20日(火)	乳児健診
21日(水)	体操教室(幼)お箸のはなし(4)
22日(木)	冬至の話(幼)
23日(金)	クリスマス会
24日(土)	
25日(日)	
26日(月)	
27日(火)	
28日(水)	
29日(木)	年末休み
30日(金)	年末休み
31日(土)	年末休み

今年もあと1カ月を残すばかりとなりました。もう12月！年々、一年がとても早く過ぎていく、と感じるのは私だけでしょうか？今月は子ども達が楽しみにしている「クリスマス」がありますね。ご家庭においては子ども達にとって一年の中でお誕生日と並ぶ大イベントになるのではないかと思います。保育園でも23日金曜日は「クリスマス会」を予定しています。クリスマスに向けて、各クラスでクリスマス装飾を製作してお部屋に飾り、また幼児クラスではサンタさんからのプレゼントが入るプレゼント袋を製作しました。子ども達の期待にそえるよう23日は朝からおやつ終了までの一日をクリスマスの雰囲気をも十分に楽しめるように職員もいろいろ企画を練っています。クリスマス会ではゆい組がキャンドルサービスや英語での歌を披露します。今年度はゆい組の保護者の方にクリスマス会の子ども達の発表を観てもらおう機会を設けようと考えています。詳細は後日、お知らせします。今週末に年末年始のお休み調査を配布します。給食発注の関係上、期日までの提出をお願いします。また登園予定、欠席予定に変更があった場合も必ずご連絡ください。年末年始は帰省などお出かけの予定をされているご家庭もあるかと思いますが、今年はインフルエンザウイルスとコロナウイルスの同時感染に注意喚起するよう厚労省からも発信されています。感染予防に十分に注意しながら、楽しく元気に年末を過ごしていただきたいと思います。

—森—



給食より

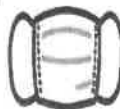


「こしょく」について

「こ食」と言う言葉を聞いたことがありますか？最近の食生活で問題となっているのが様々な「こ食」です。当てはまる「こ食」がないか確認してみましょう。心配な7つの「こ食」とは…

- 「孤食」…一人で食事をする事。孤独感や寂しさを感じる。
- 「濃食」…味の濃い料理を食べる事。塩分の過剰摂取や味覚障害を起こす原因に。
- 「個食」…家族で食卓を囲んでいるのに、各自違うものを食べる事。
- 「固食」…同じものばかり食べる事。食事バランスが悪くなる。
- 「小食」…食事の量が少ないこと。
- 「粉食」…パンや麺などの粉ものばかり食べる事。軟食にない咀嚼力が弱くなる。
- 「子食」…子どもだけで食事をする事。

家庭で食卓を囲み、同じものを食べて「美味しいね」と会話をしながら食事することは心身ともに健康に過ごすうえで大切なことです。またマナーを伝える大切な場でもあります。「こ食」は好き嫌いを増やすことや、肥満や生活習慣病を引き起こす原因にもなりますので「共食(家族そろっての場)」を大切にしていきましょう。



保健より



<感染性胃腸炎について>

[ロタウイルス胃腸炎]

・突然吐きはじめ、続いて白色の水様便になります。下痢は回数が多く、発熱を伴うこともあります。オムツをしている0~2歳児に感染が広がりやすいのも特徴です。

[ノロウイルス胃腸炎]

・ウイルスが身体に取り込まれてから1~2日で発症します。嘔吐、腹痛、下痢が主な症状で、発熱は稀です。小児は特に嘔吐症状が多く、流行しやすいのも特徴です。

★感染したら

ロタウイルス、ノロウイルスともに感染力が強い為、下痢があるあいだは登園しないようにします。また、嘔吐物や排泄物には大量のウイルスが存在するので、汚物を取り去った床や衣類は塩素消毒を徹底的にしましょう。脱水を予防するため、症状が重く水分が取れない場合はすぐに医療機関を受診しましょう。

