



# 1月の園だより



## 今月の予定

令和4年1月4日  
さかえ保育園

1日(祝)	元旦
2日(日)	年始休み
3日(月)	年始休み
4日(火)	
5日(水)	体操教室
6日(木)	新年子ども会
7日(金)	七草紹介 七草粥の話
8日(土)	
9日(日)	
10日(祝)	成人の日
11日(火)	誕生会 鏡開きの話
12日(水)	体操教室 箸指導(4)
13日(木)	ポニー教室
14日(金)	しめじほぐし(1)
15日(土)	
16日(日)	
17日(月)	
18日(火)	
19日(水)	体操教室
20日(木)	英語教室(5)玉葱の皮むき(2)
21日(金)	ごほう洗い(3)
22日(土)	
23日(日)	
24日(月)	
25日(火)	乳児健診
26日(水)	体操教室
27日(木)	英語教室(5)
28日(金)	椎茸の細切り(5)
29日(土)	
30日(日)	
31日(月)	キャベツ色紙切り(4)

さかえ保育園の子ども達、保護者の皆さん、あけましておめでとうございます。

年末年始はいかがお過ごしでしたでしょうか？日本各地寒波が押し寄せ思いもよらぬ寒さと場所によっては大変の降雪で整居せざるを得ない方々も多かったとようです。そのような中、少しも気持ちが緩んでいるわけではないですが注意して帰省、外出されたご家庭も多かったようです。久しぶりに故郷の方々にお会いできましたでしょうか？会えるだけ、言葉を交わすだけでもたくさんの勇気を貰えたり、気持ちがすごく楽になったり、顔を合わせて話ができることがとても大切な事だと感じることが出来るのだと思います。昨年10月に緊急事態宣言が解除され、ある程度の自己責任を持って活発に動くことの出来るようになったと感じていましたが、また新しい緊張が沸き起こってくる中、今年はさらに工夫をしていかななくてはと、職員一同気持ちを引き締めて邁進していきたいと考えています。

3学期を迎え、年度最後のフンクールを子ども達にとって充実した保育園生活を送れますよう保護者の皆様と力を合わせて過ごしたいと考えています。本年もどうぞよろしくお願い致します。

一園長



給食より



### 【好き嫌いを克服するための工夫】

- ①無理強いない：食事の時間が楽しくなくなると、食べる事自体に拒絶反応を起こしてしまうことがあります。食べる事が楽しい。美味しいと感じると唾液や胃液が出て消化も良くなります。
- ②お腹をすかせる：お腹がすいていなくては美味しく食べられませんよね。間食の量や時間に気を付け、食事の時間はお腹がすいた状態にしてあげましょう。
- ③調理や盛り付けを工夫する⇒苦手な食材は小さく切る。星形やハート型等可愛い形にする。好きな味つけにする。肉の筋が残らないようにしたり、魚の骨を抜いておく。
- ④料理に参加させる：食事に興味をもつだけでなく自分も食事作りにかかわったという達成感から、食べるようになる子がいいます。お手伝いの内容はお子さんに合わせて選んでください。
- ⑤食材に触れる回数を増やす：嫌いな食べ物でも目にする回数が増えることで嫌悪感が薄れていくことがあります。家族が美味しそうに食べる姿を見て食べることもあります。
- ⑥「一口だけ」と誘う：食べず嫌いをしていることもあります。一口食べてみて、意外とそのままパクパク食べてしまうこともあります。
- ⑦褒める：苦手なものを食べられた時には誉めてあげましょう。食べられた自信につながり嬉しい気分が食材を美味しくしてくれることもあります。



保健より



新しい年が始まりましたね。体調を崩さず過ごしたいものです。そこで今回は体調管理についての園からのお願いを再度確認していただきたいと思います。

### <朝の健康状態>

食欲・睡眠・顔色・排便(下痢)などの様子はどうですか？調子の悪い時に頑張って無理をして登園すると、症状を悪化させ長引かせる原因になりかねません。具合が悪いときは早めの休養が必要です。

### <緊急時の連絡先>

その時々に応じて勤務先が変わるときや、やむを得ず勤務先から外出する場合は、必ず連絡のつく手段を職員もしくは連絡帳で伝えて下さい。また緊急連絡先に変更がある時もお知らせください。

### <欠席の連絡>

午前中の活動に関わってきますので、朝9時頃までに連絡してください。またその際、詳しい症状・健康状態を伝えて下さい。

### <発熱後の登園>

前日に38℃以上の発熱のあった場合は、予想以上に体力を消耗していますので、出来るだけ翌日はご家庭でゆっくり過ごしましょう。

