

1月の園だより

2021年 1月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

2021年、令和3年がスタートしました。穏やかな初春をご家族お揃いでお迎えのことと存じます。本年も、子ども達とご家族皆様が健康で、幸多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます。

今年の干支は丑。十二支の動物の中で最も動きがゆっくりである丑(牛)の年は、先を急がず一步一步着実に物事を進めることが大切な年といわれています。子ども達の日々の成長にしっかり目を向け、毎日の積み重ねを大切にしながらよりよい援助ができるよう、園とご家庭とで力を合わせて進んでいきたいと思ひます。本年も皆様のご理解ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



●●●どんど焼きについて●●●

伝統の地域行事であるどんど焼きを例年園庭にて行っておりますが、今年度は感染拡大防止のため、中止といたします。お札やお正月飾りの回収も行いませんので何卒ご了承ください。

当日は各部屋にてどんど焼きの由来などのお話をしながら、子ども達とご家族皆様の無病息災を心から祈りたいと思ひます。



●●●各クラス年度末懇談会について●●●

先月の園だよりにてお知らせしたとおり、各クラスの懇談会は、感染拡大防止のため中止となります。進級や入学に向けて、新しい環境へスムーズに移行するための準備や、子ども達の現在の様子と一年の成長を振り返る内容を掲示やプリント等にまとめてお知らせする予定です。また、新年度教材ご購入の申し込み用紙と合わせて、保護者の皆様のコメント記入用紙(各年齢で決めたテーマについてご記入いただきます)も配布いたします。担任からの挨拶とともに、皆様からのコメントを掲載したプリントを後日配布いたしますので、少しでも交流のきっかけになりましたら幸いです。お忙しいことと存じますが、ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

●●●お知らせ●●●

令和3年麻生地区消防出初式は、感染拡大防止の観点により麻生水処理センターでは実施せず、規模を縮小し関係者のみの実施となります。毎年有志のお子さんにご参加いただいておりますが、今回参加はなしとなりますのでご了承ください。



1月の行事予定

5	火	新年顔合わせ集会※ (各クラスで行います)
8	金	健康の日
14	木	誕生会(各クラスで行います) 職員会議 園医健診0,1歳児(本園) かきっこ
15	金	防災の日 どんど焼き※中止
22	金	0,5歳児懇談会※中止
26 ~2/8	火 ~月	帝京大学 2年生実習
29	金	3,4歳児懇談会※中止

実習生の受け入れを実施します

1月26日(火)~2月8日(月)

帝京大学 2年生 2名

保育士養成校と連携を取り、感染予防に努めながら受け入れを行います。次世代の保育士育成のためご理解とご協力をお願いいたします。

●●●個人面談を終えて●●●

10月より12月までの期間、感染予防対策として沢山のご協力をいただきながら、個人面談を無事終えることが出来ましたこと、心よりお礼申し上げます。限られた時間ではありましたが、いかがでしたでしょうか。各担任としては

「保護者の皆様と直接ゆっくりお話できる機会を得られたこと」「お子さんの成長した姿を共有できたこと」「ご家庭の様子を伺うことが出来たこと」が何より嬉しかったとのことでした。

保護者の皆様より、食事やトイレトレーニングなどの生活面のほか、乳幼児クラスとともに共通して多かったご質問は「お友達関係(仲良く遊んでいますか?どのように一緒に過ごしていますか?等…)」のことでした。園での様子として、乳児クラスでは、友達の姿をみて苦手な食べ物にも挑戦したり、着替えやトイレにも意欲的に向かうようになったこと、幼児クラスでは、様々な遊びや活動を経験する中で、相手の思いに耳を傾けるようになり、分かり合える仲間関係が広がっていることなどをお伝えしました。また、ご家庭の様子として「家ではとても甘えているんです…」とのお話も伺いました。大好きなおうちの人と過ごす時間でじっくり心を充電しながら、毎日たくましく頑張っているみんながますます愛おしくなりました。これからも子ども達一人ひとりの歩みを様々な視点で見守り、健やかな育ちを支えていけるよう、お子さんの姿で気づいたことや新たな発見など、今後も園とご家庭とで情報交換をしていきたいと思っております。

●●●サンタさんがやってきました!●●●

毎年クリスマス会ではホールに来てくれるサンタさんですが、今年はお部屋で待っている子ども達の元に来てくれました。道案内はトナカイさん。一時保育室のお友達のところに向かうサンタさんがお庭に登場すると、遊んでいた子ども達は大騒ぎ!プレゼントを渡す様子をじっと見守るみんなでした。



●●●楽しいね♪お正月遊び●●●

お正月遊びは、羽根つきや凧揚げなど体を動かす遊びに、こま回しなどバランスを取りながらチャレンジする遊び、かるたやすごろく、福笑いなどルールに沿ってみんなで楽しむ遊びもあり、子ども達の成長に欠かせない遊びの栄養素がいっぱいです。早速「お家でもやったよ〜!」と得意げに教えてくれる子や、大きいクラスのお友達の真似をして挑戦しようとする子もいます。もちろん、乳児クラスのお友達も興味津々です。今月は日本の伝統文化に触れながら、この季節ならではの遊びを存分に楽しもうと思います!



●●●お知らせ ~2月の行事より~ ●●●

豆まき集会について

年間行事予定では2月3日とお知らせしましたが、今年2021年の節分の日となる2月2日(火)を豆まき集会といたします。また、感染拡大防止のため、一部内容を検討中です。詳しい内容は後日お知らせいたします。

5歳児 お別れ遠足について

2月25日(木)年長児のお別れ遠足として、貸し切りバスに乗り多摩動物公園へ行く予定です(雨天決行)。バス会社と連携を図り、感染予防に努めながら安全第一に実施いたします。当日はお弁当持参となります。詳しい内容は後日クラス掲示やプリント配布にてお知らせいたしますので、ご確認ください。

●○○新年顔合わせ集会について●○○

今年度は感染拡大防止のためホールでの集合はせず、各保育室にて行います。放送による園長先生からの新年のご挨拶の後、お正月にちなんだシルエットクイズなどをみんなで楽しみます。そして今回は、各クラスの「新年の抱負」をこちらの園だよりに掲載いたします。みんなの願いがきっと叶いますように…！

0歳児 つくし組

よく食べて
たくさん笑って
お友だちと一緒に
元氣いっぱい楽しく
遊ぼうね！つくし組

3歳児 すみれ組

おりがめでんしゃ
おそとあそびをたくさんしたい！
おともだちみんなと
なかよくあそぶ
すみれぐみ

1歳児 ちゅうりっぷ組

ともだちといっしょに
ながよくげんきに
あそびます!!
ちゅうりっぷぐみ

2歳児 たんぽぽ組

おともだちやせんせいと
いろいろなことに
チャレンジしておにいさん
おねえさんみたいになりたい
たんぽぽぐみ

3歳児 すずらん組

★おともだちと
なかよくげんきに
あそべますように。
★いっぱいたべてあおきく
なれますように。
すずらんぐみ

4歳児 ひまわり組

あいてのはしをさいごまできちんと
きいてけんかをしてほかにありえる
なかよしなひまわりぐみていたいです。
★みんなでちかちかあわせていろいろな
ことにチャレンジしてすてきなねんちょう
さんになります!!
ひまわりぐみ

4歳児 ゆり組

あいてのはしをさいごまできちんと
やさしいきもちのいっしょにゆりぐみに
なりたいです
★いまよりも、ともとおともだちと
なかよくなりたいけんかなくひとつのこと
ちからをあわせてがんばりたいです
ゆりぐみ

5歳児 さくら組

むずかしいことにもチャレンジする
つよいっしょと、
ともだちをたいせつにする
やさしいこころをもって、かっこいい
いちねんせいになりたいです!!!
さくらぐみ

一時保育室 ひよこ組

たくさんおしゃべりして
おともだちといっしょに
げんきにあそびたいな
ひよこぐみ

5歳児 ふじ組

ゆめにむかってちょうせんしたり
がんばったりする。
・しごと(ほいくえんやおうち)や
べんきょうをがんばる。
・おともだちがふえるように
やさしくはなりたいです
ふじぐみ

かきっこ
1歳児 ふたば組

おともだち大好き。
おはなしいすき。
たべるのたいすき。
えがおいっぱいクラスに
しようね。
かきっこほいくえん ふたばぐみ

かきっこ
2歳児 わかば組

おともだちと
なかよくげんきよく
いっしょにあそびたいな
かきっこほいくえん わかばぐみ

かきっこ
0歳児 つぼみ組

げんきいっしょに
あそんでたべて
ぐんぐんおおきくなろうぞ!!
かきっこほいくえん つぼみ組



1月の保健だより



2021年1月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

あけましておめでとうございます。ご家庭での年末年始は、いかがでしたでしょうか。今年も子どもたちが健康で元気いっぱいにご過ごせるように保育、看護をしていきますのでよろしくお願いいたします。

保育園では、現在まで職員・園児共にインフルエンザの感染者は出ていません。引き続き、園児・ご家族の感染症等につきましては、園への報告・連絡・相談をよろしくお願いいたします。

先月の欠席状況

(柿生保育園:160名中・柿生かきっこ保育:22名中)

・発熱:15名 ・突発性発疹:2名 ・下痢:2名 ・怪我:2名 ・胃腸炎:1名 ・鼻水:3名 ・咳:14名

*しっかり鼻をかみましょう



鼻にやさしいかみ方



鼻には、【吸い込んだ空気を温め、加湿する】
【匂いを感じる】【声を響かせる】など、たくさんの役割があります。風邪などで鼻が詰まっていると、これらの働きが損なわれるだけでなく、眠りが浅くなったり、赤ちゃんではミルクの飲みが悪くなったりと、様々な影響が出ます。

また、耳と鼻は「耳管」でつながっているため、鼻を強くかむと、鼻の中のウイルスなどが中耳に運ばれ、中耳炎になる恐れもあります。

*長期に渡って、鼻水・鼻汁が出ている場合は耳鼻科の受診をお勧めします。滲出性中耳炎やアレルギー性鼻炎の疑いがあります。



- ◆片方ずつかみましょう。
片方の鼻をきちんと押さえることがポイントです。
- ◆鼻をかむときは、口から息を吸いましょう。
鼻から空気を吸うと、鼻水が奥に入ってしまいます。
- ◆ゆっくり少しずつかみましょう。
- ◆強くかみすぎないようにしましょう。
一度に力を入れてしまうと耳のトラブルの原因になることがあります。

◎まだ上手に鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引器などを使って吸い取ってあげたりしましょう。
また、頻繁に鼻水を拭いていると、鼻の下の皮膚が赤くただれてくるので、その場合は炎症を抑える軟膏を塗ってあげましょう。

胃腸炎に注意しましょう！！

【 下痢をした時の対応 】

下痢をした時には、便の状態を確認しましょう。
便の色、固さ、量、血液が混じっていないかなどチェックし、1日に何回出たかについても受診時に医師へ伝えましょう。

◎下痢の時の食事

おかゆ、うどん、野菜スープ、バナナ、りんごのすりおろしなどが適しています。
生野菜や柑橘系の果物、バターの多いパン、油っこい物、消化の悪い物は避けるようにしましょう。

子どもは、胃腸が未熟なので、よく下痢になります。
ノロウイルスやロタウイルスを伴う下痢は、周囲への感染を防ぐために、迅速に処理をしましょう。

【 嘔吐をした時の対応 】

子どもは、少しの刺激でも吐くことがあります。吐いた時は嘔吐物が気道に詰まって窒息しないよう、子どもの頭と体を横に向けて寝かせます。

次に、口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認します。受診する時に、しっかり伝えられるようにしましょう。その後、体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックします。
うがいができる年齢の子どもなら、うがいをさせ、衣服が汚れていたら取り替えてあげましょう。

◇水分補給は吐き気が治まるまでは控え、子どもが水分を欲しがらるようなら、経口補水液を少量ずつ飲ませてみましょう。



給食だより

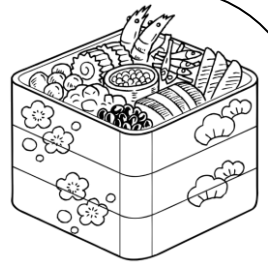
2021年1月

あけまして おめでとう ございます

1月はおせち料理にお雑煮、七草がゆ、鏡開きと古くから伝えられる行事がさまざまあり、行事食を味わえるよい機会です。最近ではスーパーマーケットやコンビニエンスストアも年始から営業している所が多く、作り置きをしていなくても不便は感じませんが、日本の伝統文化である行事の意味や、行事食の由来などをぜひ子どもたちに伝えていきたいですね。

おせち料理

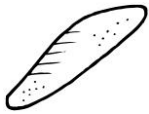
おせち料理とは季節の変わり目にあたる祝日（節日）のための料理で、季節の変わり目の中でも1年の始まりであるお正月を特に大切に縁起の良い食べ物で祝うのがおせち料理です。それぞれの料理にいわれや意味があります。



黒豆・・・まめで健康に暮らせますようにという願いが込められています。

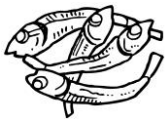
かずのこ・・・にしんの卵巣で卵がたくさんあるので子孫繁栄を願います。

昆布・・・「よろこぶ」の語呂合わせでお祝いの席では欠かせない食材です。



田作り・・・昔はいわしを田の肥料にしていたことから豊作を願います。

紅白なます・・・お祝いの水引をかたどったものです。



海老・・・腰が曲がるまで長生きするようにという願いが込められています。

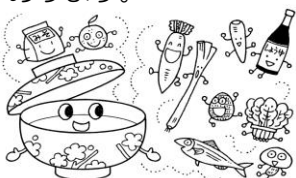
栗きんとん・・・「栗金団」と書くことから、金運を招く・繁盛・繁栄を意味します。



れんこん・・・穴があいているので将来を見通せるようにとの願いが込められています。

お雑煮

餅、野菜などを神に供えた後、これらを集めて食べるようになったのが雑煮の始まりです。地方によって切り餅、丸餅、すまし仕立て、味噌仕立て、あんこ入り、具材の違いなどがあります。



七草がゆ 1月7日

春の七草の芽吹きのエlixirをもらって無病息災の願いをこめてかゆを炊いたそうです。

お正月のごちそうで疲れた胃にも効果があるとされています。

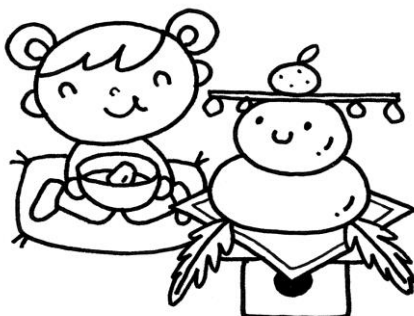


鏡開き 1月11日


お正月にお供えしていた鏡餅をお汁粉や雑煮にして食べる武士の風習から伝わったものです。武家社会では「切る」や「割る」という言葉を嫌ったので、包丁で切らず木づちなどで割りましたが「割る」も縁起が悪いため「運を開く」という意味をこめて【鏡開き】といいます。



1がつのこんだて

4・25(月)	5・19(火)	6・20(水)	7・21(木)	8・22(金)
ごはん ツナ入り卵焼き ひじきの煮物 味噌汁 ミニゼリー	ごはん カレー コールスローサラダ フルーツ	ロールパン 魚のタルタルソースかけ ナムル コーンスキムスープ フルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き 炒めなます 味噌汁 フルーツ	ごはん ポークビーンズ 粉吹芋 白菜スープ フルーツ
調整豆乳 パイ菓子 しょうゆせんべい	牛乳 きな粉のラスク	牛乳 豆腐と黒糖のケーキ	お茶 雑炊	お茶 スープスパゲティ
9・23(土)	12・26(火)	13・27(水)	15・29(金)	16・30(土)
ごはん 生揚げのケチャップ炒め ブロッコリーのマヨネーズ和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏天 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 魚の味噌煮 白菜のおひたし 清汁 フルーツ	ごはん 鶏肉の変わり焼き 黄金煮 味噌けんちん汁 フルーツ	ごはん 炒り豆腐 里芋の煮物 味噌汁 フルーツ
牛乳 バタースティックパン のりせんべい	牛乳 豆乳プリン	牛乳 ふりかけごはん	牛乳 サブレ 揚げせんべい	牛乳 黒糖パン 塩せんべい
18(月)	28(木)	14(木)お誕生会♪		
ごはん レバーの立田揚げ 白和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 千草焼き 青菜の炒め煮 味噌汁 フルーツ	ちらし寿司 魚の照り焼き れんこんのきんぴら 清汁 デザート		
牛乳 ゆかりごはん	牛乳 さつま芋クッキー	牛乳 ロールカステラ		
◎発注の都合上により献立の変更がある場合がありますが、ご了承下さい。 ◎午前中、乳児のおやつには牛乳が付きまます。 ◎_____は、全園児主食提供です。 ◎フルーツはりんご、みかん、ぼんかん、いちごの予定です。				

献立レシピの紹介









魚のタルタルソース焼き

<材料> 4人分

生鮭	4切れ
塩	少々
油	適宜
玉ねぎ	1/2個
マヨネーズ	大さじ3

<作り方>

- 魚に塩で下味をつける。
- 玉ねぎはみじん切りにし、軽く炒め、マヨネーズと一緒に合わせておく。
- 油をひいた天板に魚を並べ、上から②のソースをかける。180～200℃のオーブンで20分焼く。





風邪を予防する食事

風邪の季節です。うがい・手洗いはもちろんのこと、運動をしたり、しっかりと睡眠をとったりすることは予防につながります。では、食事をする際には、どのようなものを摂ったら良いのでしょうか。

1. 体を冷やさない

風邪ウイルスの侵入を防ぐためには、外敵と戦う免疫機能を高めることが大切です。体が温まり、血液循環を良くすることで、免疫力は高くなります。







刺激がある食品は、消化を助け、殺菌効果があり、体を温めるため風邪予防に効果的です。







ねぎ・にら
にんにく
たまねぎ
しょうが

2. 風邪の予防に役立つ栄養素と食品







- ① ビタミンC** ウイルス感染や寒さへの抵抗力をつけ、風邪の予防に役立ちます。





いちご
みかん
キウイフルーツ
ほうれん草
イモ類
- ② ビタミンA** のどや鼻の粘膜を保護し、ウイルスの侵入口を丈夫にします。

ほうれん草
かぼちゃ
うなぎ
にんじん
チーズ
- ③ たんぱく質** 基礎体力をつけ、抵抗力を高めます。

魚
肉
卵
大豆製品
乳類
- ④ 亜鉛** 疲労回復や新陳代謝を活発にし、免疫力を高めます。

レバー
貝
大豆製品