

# 12月の園だより

2021年 12月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

朝晩の冷え込みが増し、冬の訪れを感じる頃となりました。先月は穏やかな小春日和が続き、元気に戸外遊びを満喫した子ども達。友達と簡単なルールを決めながら鬼ごっこなどを楽しみ、汗をかくほどに園庭を走り回っています。乳児クラスのお友達も、行動範囲がどんどん広がり、自分のお気に入りの場所を見つけては、夢中になって遊んでいます。これからは本格的な寒さに向かいますので、子ども達にとって快適で心地よい環境を常に整えながら楽しい毎日を過ごしていきたいと思えます。



早いもので令和 3 年も師走を迎えました。今年度も園の生活や行事において保護者の皆様には沢山のご理解とご協力をいただきましたこと、心より感謝申し上げます。春から今までの様々な経験から、明るく誇らしげな表情をみせている子ども達。それぞれの歩みですくすく豊かに成長していることを、日々感じております。これからも、保護者の皆様との連携を深めながら、より良いサポートに努めていきたいと思えます。

年末年始も、ゆとりのあるスケジュールの中で、ご家族の皆様が穏やかな新年を迎えられますよう、心よりお祈り申し上げます。

## ◆◆◆年末年始登園調査について◆◆◆

後日、年末年始の登園日を把握するための用紙を配布いたします。

お手数ですが、お子さん一人につき一枚となっておりますので、期限までに担任までご提出ください。



## ◆◆◆これからの主な行事について◆◆◆

### 各クラス年度末懇談会について

1 月と 2 月に予定しております各クラス懇談会は、新型コロナウイルス

の感染状況を踏まえながら、開催について検討しております。決まり次第、皆様にお知らせいたします。

お子様の一年の成長を振り返りながら、皆様との情報交換が少しでも図ることができることを願っています。また、新年度移行準備や卒園に向けて、別途掲示やプリント配布などでもお知らせする予定です。

### 卒園式について

3 月12日(土)年長児 卒園式は、感染拡大防止の為今年度も 4 歳児の参加はなし、といたします。当日は本園 0~4 歳児クラス、およびかきっこ保育園は休園となりますのでご理解とご協力の程、宜しく願いいたします。

### 新年度準備について

3 月 31 日(木)は新年度準備の為、両園休園となります。

## 12月の行事予定

11/22 ~2	月 ~木	2歳児個人面談
3~	金~	1歳児個人面談(~13日)
9	木	年長児卒園写真撮影
10	金	健康の日
15~	水~	0歳児個人面談(~22日) 防災の日
16	木	誕生会(各クラスで行います) 園医健診 本園2, 3, 4, 5歳児
21	火	クリスマス会(各クラスで行います)
28	月	仕事納め
12/29~令和4年1/3まで休園		

## ◇◆年賀状について◆◇

新年のご挨拶としてお子様一人ひとりに年賀状を差し上げたいと思えます。

喪中などご家庭の事情がある方は、担任までお声がけください。

## ◆◆◆ 晴天に感謝です…！ みんなのおゆうぎかい ◆◆◆

11月25日、暖かな日差しと透き通った青空のもと、幼児クラスによる「みんなのおゆうぎかい」が無事行われました。服装の準備など、当日に向けて様々なご協力をいただきありがとうございました。今回のおゆうぎ会は、運動会(運動遊びDay)での楽しかった余韻を味わいながら、取り組みがスタートしました。

3歳児クラスでは、運動遊びに続いて可愛いおさるさんに大変身。手首に着けるポンポンも自分達で手作りして、さらに期待が高まっていました。

4歳児クラスでは、子ども達と一緒に遊戯の曲を選びました。音楽が流れると、すぐに反応して振りを覚え、大人気となった今回の曲に決定！ 怪獣の衣装も、好みの色を選び、自分なりにイメージする怪獣を体全体で表現していきました。

5歳児では、みんなで力を合わせることの大切さを一番大きな柱として伝えていきました。力を合わせるには、一人ひとりが同じ気持ちで頑張ることが何よりも大事だということを、実践して感じてもらえるように働きかけたり、良かったところ、素敵などころを具体的に知らせながら気持ちを高めていきました。

どのクラスも、ホールやお部屋で踊り方を確かめた後、いよいよ園庭へ。他クラスのお友達がお客さんとして見守ってくれることが嬉しくて、張り切って踊る子ども達。そして今回は踊りの映像をお家の人に見てもらえることが何よりの励みのようなのでした。練習と本番で撮影にいらしたカメラマンさんに、私達も密かに緊張していましたが、「可愛くってね！」「よろしくお願いします！」と積極的に声をかける子もおり、友達と顔を見合わせては喜んで笑顔があふれていました。自分なりの表現で誇らしげに、そして自然体で臨む子ども達達が愛おしく、感動するばかりのひとときでした。子ども達、そしてご家族の皆様にとって、今回の取り組みが素敵な思い出の1ページとなることを心から願っています。

ご家庭にお届けする映像を、ぜひ楽しみにお待ちくださいね。



## ◆◆◆ 給食の先生と一緒に・・・！芋ほりごっこ ◆◆◆



秋に予定していた芋ほり遠足が中止となり、何か子ども達にできることはないかと、栄養士の先生方と一緒に考え、今年は両園、全年齢で「いもほりごっこ」を楽しんでみよう！と企画しました。

まずはサツマイモの製作の準備。その年齢で今興味があること、試してみたいことなどを担任と一緒に話し合い、素材や作り方を決めていきました。

乳児さんは、作りながらその素材(花紙、折り紙など)の感触を楽しむので、はじめに画用紙や折り紙をくしゃくしゃに丸めて柔らかくしておくことで、抵抗なく触れることができました。



幼児さんは、何といても自分なりのお芋のイメージにそって作りあげるの、作りながらみんなのひらめきとアイデアを大切にしていこうにしました。



そしていよいよ、お芋ほりごっこです！芋畑の土に見立てたのは、乳児クラスでは丸めた新聞紙、そして幼児クラスでは、園長先生のアイデアで園芸用の桜チップを使ってみました。みんなが作ったサツマイモに、給食の先生が毛糸のつると画用紙で作った葉っぱを付けて、いざ土の中へ・・・。「お芋がこの中ですやすやす寝てるから起こしてあげてね！」との声掛けに、わくわくしながら掘り出す 2 歳児さん。桜チップの中に隠れたお芋のつるを引っ張り出し「お芋が釣れた～！」という5歳さん。「釣る、じゃなくて掘る、でしょ！」という子ども同士のやりとりがなんともほほえましかったのでした。



今回の活動と一緒に進めていった栄養士の先生からは「子ども達の様々な姿に触れることができ、今後も子ども達の姿を思い浮かべながら、給食を用意することができるので嬉しいです！」とのこと。もちろん子ども達も、給食の先生と一緒にお芋ほりができたことに喜んで「お芋の作り方教えてくれてありがとう！」「楽しかった！」「また一緒に遊ぼうね♪」と声をかけたり、給食の時間に「〇〇先生が言ってたお芋があるよ！」と思い出してはモリモリ食べる姿もありました。これからも給食室の先生方と一緒に、子ども達の心と体の健やかな成長を支えていけるよう、様々な活動や遊びを取り入れていきたいと思ひます。 ※お芋づくりや芋ほりごっこの詳しい様子はクラス掲示をご覧くださいね♪

# 12月の保健だより

2021年12月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園



いよいよ冬らしくなってきました。子どもたちは、寒さに負けずに元気いっぱい身体を動かしています。みんなのおゆうぎ会でも上手に踊っている姿がとてまかっこよく感動しました。寒さで普段より体が動かしにくく怪我や事故が増える時期ですので気をつけていきます。



## 先月の欠席状況

年末年始は、不特定多数の人と接触する機会が多くなります。

普段以上に感染症対策を徹底していきましょう。みなさんが健康に過ごせますように

・発熱：15名 ・アデノウイルス感染症：1名 ・咳：8名 ・鼻水：4名 ・怪我：1名

(柿生保育園：163名中・柿生かきっこ保育：22名中)

## やけどに注意!

子どもの皮膚は、大人よりも薄いため低い温度で、早く、深いやけどになりやすいです。

暖房器具(ストーブ・ファンヒーター)、調理器具(ポット・ホットプレート)、熱い食べ物、アイロンや電気毛布、電気カーペットにも気をつけましょう。

\*やけどをした時は、できるだけ早く冷やすことが大切です。冷やす時は流水が最も適しています。流水で冷やせない場合は、氷の入ったビニール袋や保冷剤をタオルにくるむなどして冷やしましょう。水ぶくれは、破らずにやさしく覆いましょう。



## ～ 乾燥対策 ～

湿度が低くなり乾燥する季節になりました。乾燥によって様々な問題が起きてきます。

空気が乾燥した環境では、ウイルスが空気中を漂う時間が長くなります。室内の湿度は50～60%に保てるようにしましょう。

◎喉：気道粘膜の働きでウイルスや細菌が侵入してきても外へ追い出す機能があります。しかし、乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下します。

よって、ウイルスが侵入しやすくなり、風邪やインフルエンザに

かかりやすくなってしまいます。



◎皮膚：かゆみや荒れなど皮膚トラブルにつながります。普段以上にスキンケアが大切です。

## 感染性胃腸炎

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。酸味の発酵臭がある白色水様便も特徴の一つです。

症状が出たら医療機関を受診しましょう。感染力が強いので、便や嘔吐物の処理は、素早く行い、換気や消毒をしっかりとすることが重要です。

\*下痢・嘔吐の症状が治まり、食事がしっかり取れて、保育園で元気に生活できるようになるまでは自宅で療養していただくようにお願いします。

## ◎脱水症状に注意しましょう。



嘔吐や下痢によって体内の水分が急速に失われます。おしっこの量や回数が減少する・くちびるが乾燥している・手のひらが乾燥している・顔色が悪く、ぐったりしている・皮膚にはりがないなどが観察のポイントになります。



\*吐き気が強い場合は、無理に飲ませずに少しずつこまめに飲めるようにしましょう。

冷たい飲み物や乳製品などのしげきになる飲み物は避けるようにしましょう。



# 給食だより



2021年12月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

今年もあとわずかになりました。あっという間に1年が過ぎていき、寒さも本格的になってきますね。気温が低下して抵抗力が弱くなると、風邪をひきやすくなってしまいます。また、インフルエンザを始めとする感染症に警戒しなければならない季節です。日頃から寒さに強い体をつくり、冬を乗り切りましょう。

今年の冬至は  
12月22日です。



1年で1番昼が短く、夜が長いのが冬至です。この日之境に少しずつ昼の時間が長くなっていきます。冬至の日はゆず湯に入って温まり、かぼちゃを食べて無病息災を願います。

## かぼちゃのバター煮 4人分

- かぼちゃ 1/4個(約300g)
- バター 20g
- 砂糖 大さじ2
- 塩 0.5g
- 水 100g

- ①かぼちゃは皮を落とし、食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にバターを溶かし、①を砂糖・塩・水を加え、弱火で軟らかく煮る。

こどもだけでなく大人にも人気の保育園のメニュー

## ユズとカボチャ

ゆずにはビタミンCが豊富に含まれていて、食べるとかぜをひきにくくなり、血行促進や鎮痛作用があります。また、「融通が利きますように」という意味も込められています。

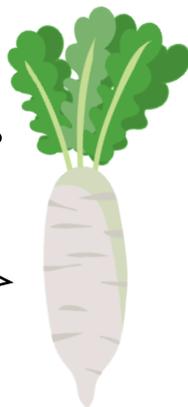


かぼちゃはビタミンEやβカロチンが豊富で、老化防止や免疫力を強化します。昔は、野菜が少なくなる冬の時期に栄養をとるため、夏に収穫したかぼちゃを冬まで取っておいて食べたそうです。

## 旬の食材 《大根》

大根は11月～2月頃の冬が旬になります。品種改良が進み1年を通じて手に入れる事ができますが、寒い時期の方が甘みもありみずみずしく美味しいです。大根は部位によって甘みや辛みなどが違うため、部位ごとに適した料理をご紹介します。

葉っぱの部分も炒め物や汁に入れたり活用できます。



甘い

### 《葉に近い部分》

一般的に葉に近い方は水分が多く甘みが強いので、**サラダ**や**おろし**などの生食に適しています。

辛い

### 《根の先の方》

辛味強い部位であり、また下へいくほど辛味が強くなります。水分が少ない分調味料が入りやすいので、**漬物**や**みそ汁**の具として使用するのがおすすめです。

### 《真ん中》

真ん中は甘みと辛味のバランスが良い部分です。柔らかく形もそろっているため、**おでん**や**煮物**など様々な料理で楽しむことができます。

大根の鮮度は葉で見分ける事ができます。葉先がみずみずしいものを選びましょう。葉の切り口が「スカスカ」になっているものは大根自体に“す”が入っている可能性が大きいので避けた方が良いでしょう。大根は大部分が水分なので、乾燥を防ぐように保存しましょう。



# 食育集会を行いました！

3～5歳を対象に、今年度初めての食育集会を行いました。野菜や果物の皮をピーラーで薄くむいたものを、子どもたちが触ったり匂いをかいで、何の食材か当ててもらおうという内容です。人参やたまねぎ、きゅうりに加えて旬の食材であるさつまいもやりんご、柿などを用意しました。子どもたちは何の野菜が分かると大きな声で教えてくれました。次の日の給食の時間に様子を見に行くと、「昨日野菜クイズしたね」「今日の給食に入っているね」としっかりと覚えていて、1つ1つ野菜を観察しながら良く食べていました。これからも子どもたちが食に興味を持ったり学んだりできるように、食育活動を行っていきたいと思います。



## 12がつのこんだて

1・15(水)	2(木)	3・17(金)	4・18(土)	6・20(月)
ごはん 魚のフライ ほうれん草の海苔和え 味噌汁 フルーツ	ごはん レバーのカレー揚げ ごまドレッシングサラダ のっぺい汁 フルーツ	ごはん 豚肉の味噌焼き 切り干し大根の煮物 清汁 フルーツ	ごはん 五目豆 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 大豆ハンバーグ 青菜の炒め煮 味噌汁 フルーツ
牛乳 黄名粉入り蒸しパン	牛乳 パウムクーヘン 塩せんべい	調整豆乳 サブレ 甘辛せんべい	牛乳 スナックパン せんべい	牛乳 ひじきごはん
7(火)	8・22(水)	9・23(木)	10・24(金)	11・25(土)
ごはん ローストチキン 三色サラダ 春雨スープ フルーツ	ごはん 魚の照り焼き 白菜のおひたし 味噌汁 フルーツ	ロールパン 豆腐グラタン ブロッコリーサラダ コンソメジュリアン フルーツ	ごはん 鶏肉のトマト煮 小松菜のソテー 味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏肉の照り焼き カレーポテト 味噌汁 フルーツ
牛乳 干し芋 カステラ	牛乳 ぶどうゼリー クラッカー	牛乳 茶巾しぼり	牛乳 あんかけやきそば	牛乳 ぶどうパン せんべい
13・27(月)	14・28(火)	21(火)	16(木)お誕生会♪	
ごはん 鶏肉の五目炒め ほうれん草のおひたし 味噌汁 フルーツ	ごはん カレー 中華サラダ フルーツ	ごはん ローストチキン 三色サラダ 春雨スープ フルーツ	ハンバーガー 野菜ソテー コーン入り野菜のスープ デザート	
牛乳 ニョッキ	牛乳 豆乳プリン	フルーツジュース 豆乳入りマフィン	牛乳 パウムクーヘン 塩せんべい	

◎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つきます。  
 ◎16日(木)は、全園児主食提供です。  
 ◎フルーツはみかん、りんごの予定です。

