



の園だより

2024年 2月

柿生保育園・柿生かきっこ保育園

園庭に柔らかな陽の光が降り注ぎ、梅のつぼみもちらほらとほころび始めました。年長さんが植えたチューリップの芽も顔を出し、少しずつ春の兆しを感じさせてくれます。寒い日には、夜の間凍った氷や霜柱など、冬の自然現象の不思議さを目を輝かせる子どもたち。寒さともすっかり仲良しになり、北風にも負けず元気に遊ぶみんなの明るい声が響き渡っています。今月も様々な体験を通して、冬から春に向かっていく季節の変化を子どもたちと一緒に楽しんでいきたいと思ひます。



2月の行事予定

1	木	1歳児 zoom懇談会
2	金	豆まき集会 2歳児 zoom懇談会
3	土	新入園児重要事項説明会 および面談
6 ~10	火 ~土	作品展 本園:ホール 柿生かきっこ:かきっこ保育室
7 ~21	水 ~水	田園調布学園大学 1・2年生実習
15	木	新入園児健診
22	木	年長児お別れ遠足 (多摩動物園)
26	土	保護者会大役会

~おしらせ&お願い~ 来年度に柿生保育園、柿生かきっこ保育園に入園を予定されているお子さんを対象に、下記の通り説明会、面談、健診を行います。通常保育のお子様の送迎の際にご不便をおかけすることもありますがご理解ご協力の程宜しくお願いいたします。

2月3日(土) 重要事項説明会および面談

柿生保育園 (9:00~ 場所:本園 1階保育室)

柿生かきっこ保育園(9:00~ 場所:柿生かきっこ園内)

2月15日(木)入園前健診(13:30~14:30 場所:ホール)

2/7~2/21 実習生の受け入れを実施します
田園調布学園大学 2年生 1名 3年生 1名
養成校と連携を取り、健康、安全に配慮しながら受け入れを行います。
ご理解とご協力をお願いいたします。

◆◆進級記念写真撮影について◆◆

早いもので、あと2か月で進級する子ども達。年度内に進級記念としてクラスの集合写真を撮影いたします。クラスより撮影の日程をお知らせいたしますのでご確認ください。



新たに本園の看護師として、廣田 貴子先生をお迎えしました。

~廣田先生より~

子どもたちの日々の健やかな成長を見守り、安全に楽しく、元気に過ごせる毎日をサポートさせていただきます。

どうぞ宜しくお願いいたします。



◆◇ お話の世界へようこそ！令和5年度 作品展 ◆◇

子どもたちが今まで培ってきた様々な経験を生かしながら、テーマから抱くイメージと表現で作り上げる作品をご紹介します。今年度のテーマは「お話の世界」です。お気に入りの絵本やお話の世界観を、様々な素材を使って表現していきました。素材の感触や色合いの変化を楽しんだり、友達と見せ合ってはそれぞれの感性に触れて視野が広がったりと、その時感じたものを形にしていくプロセスもたっぴり楽しんでいきます。感染拡大防止対策として、幼児・乳児クラスで分散した観覧日程にて、ホール内の混雑、密集を避けながら短時間でのご見学をお願いいたします。詳細については先日配布したお知らせプリントをご確認ください。



◆◇ いっしょにあそぼう♪ なかよしの日 ◆◇



3・4・5歳児で遊びや活動を一緒に楽しむ「なかよしの日」。1月31日に第一回目を実施しました。朝の体操の時間をはじめ、様々な行事を通して、異年齢のお友達に憧れや親しみを持ち始めていた子どもたち。始まる前からみんなのワクワク気分が伝わりました。今回は4つの色(赤・青・黄・緑)のグループ分けからスタート！手首につけた同じ色のリストバンドを目印に、グループごとに輪になって集まりました。早速、一人ずつお名前を言って自己紹介。注目が集まりモジモジして恥ずかしがる子もいましたが、年上の友達がそっとエスコートしてくれたり、緊張を力にかけて勇気をだして言っていたり、まるで朝のミーティングのような堂々とした声でお手本を見せてくれる子もいたり…とても素敵なほほえましい自己紹介の時間でした。そのあとはグループ対抗「爆弾ゲーム(ボール送り)」を行いました。みんな必死にボールを送り、勝っても負けてもグループの友達と「イエ～イ！」と大盛り上がり。最後に運動会のオープニング曲「とびだそうよ」を踊りました。異年齢の縦の繋がりや楽しさを満喫し、満足そうなみんなの様子に私たちも嬉しいひと時でした。2月、3月にも行う予定です。またみんなで楽しもうね♪



◆◇ かきまる君と一緒に ～交通安全教室～ ◆◇

1月24日(水)麻生区役所職員による交通安全指導教室が行われました。

かきまる君の登場にみんな大喜び！交通ルールのお話では、最後までしっかり耳を傾けていた子ども達でした。

「とびだしはしない」「うちのひととてをつなぐ」

「わたるまえには「みぎ」「ひだり」「みぎ」などの約束や、5歳

児さんは歩行訓練も行いました。朝夕の送迎時にも、車道での約束を子ども達と一緒に確かめてみてくださいね。





気温が低く乾燥した日が続いています。一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなる大寒といわれています。感染症もまだまだ流行する時期ですので、手洗い・うがいをしっかり行い、寒さに負けず元気に過ごしていきましょう。

先月の欠席状況

(柿生保育園 162名 柿生かきっこ保育園 22名中)

発熱 21名	咳 6名	鼻水 4名	嘔吐 1名	咽頭痛 1名	風邪 1名
胃腸炎 5名	伝染性膿痂疹(とびひ) 2名	インフルエンザA型 6名			
溶連菌感染症 7名	新型コロナウイルス 4名				

咳の風邪に注意しましょう!



寒さが深まり、園内でも咳をする子が増えています。乾燥が原因の咳もありますが、ウイルス性のものは飛沫感染してしまいます。咳エチケットを守って、お家でのケアをしっかりとおこない、感染予防していきましょう。

●咳エチケット

咳やくしゃみをする時は、病気が広がらないよう周囲への気配りが必要です。

●咳、くしゃみをする時はティッシュやハンカチで口や鼻を押さえ(もしくは自分の腕で口を覆う)、周りの人を避けて行いましょう。



●鼻をかんだ後のティッシュはすぐにゴミ箱へ捨てて、手洗いをしましょう。



～おうちでのケア～

*洗濯物を干したり、加湿器をつけたりして、湿度を調節し、喉を潤しましょう。



*咳がひどい時は、背中の下に枕やクッションを置くなどして上半身を高くすると、呼吸がしやすくなります。

*麦茶や白湯など、刺激の少ない飲み物で水分補給をこまめに行いましょう。



※ひどい咳や何日も続く時、息苦しい、呼吸がゼーゼーしている時は必ず受診しましょう。



豆の誤飲・誤嚥に気を付けましょう

- 節分ということで豆まきをするご家庭も多いと思います。豆類は誤って気道に入ってしまうと膨らんで窒息しやすくなります。また、一度気道に入ると、咳をしても外に出てきにくく、詰まらせると命の危険につながります。
- 消費者庁では、5歳以下は豆を与えないように呼び掛けています。小さい子は豆まきで落ちている豆を拾って口に入れてしまうこともあります。節分の豆まきは個包装の豆を使用するなど、工夫をして十分に注意しましょう。

冬のあせも・とびひ

あせもやとびひは夏にできるイメージがありますが、厚着や暖房で体を温めすぎると、冬でも出ることがあります。冬の肌は寒さで血行がよくないため、湿疹が治りにくいといわれていますので、湿疹ができたなら早めに受診しましょう。

【予防】

- ・厚着をしすぎない
- ・室温の調節をこまめにする
- ・汗をかいたら拭いて、着替える
- ・毎日入浴して肌を清潔に保つ





給食だより



2024年2月
柿生保育園・柿生かきこ保育園

寒さと空気の乾燥が気になる季節です。引き続き手洗いうがいやマスクなどで風邪やウィルスから体を守りましょう。また、バランスの良い食事で免疫力を上げ、丈夫な体づくりをしていきましょう。

今年の節分は2月3日です

「節分」とは、**季節の変わり目**という意味で、今は主に**立春の前日**の事を指します。昔の人は、悪いものや災いを鬼にたとえ、豆をまいて追い払っていました。それが節分の行事として今でも行われています。

節分の食べ物

大豆



鬼や邪気を追い払うため

恵方巻



恵方(神様のいる方角)には
良いことがあるとされていた

いわし



いわしのおいで
鬼を追い払うため

ひいらぎいわし

ひいらぎの葉っぱは尖っているため、においの強いいわしと一緒に飾ることで鬼除けを意味しています。

注意

消費者庁より、「固くてかみ砕く必要のある豆やナッツ類は5歳以下の子どもには食べさせないでください」と注意喚起がありました。豆まきに使用されることの多い炒り大豆は、子どもにとって窒息や誤嚥のリスクがあります。以下の点にも注意しましょう。

- ・豆まきは**個包装されたもの**を使用するなど工夫を行い、**後片付けを徹底**する。
- ・兄妹がいる家庭では、5歳以下の子どもが欲しがっていても与えないようにする。
- ・食べているときは姿勢を良くし、食べることに集中させる。

栄養を逃がさず食べるには

野菜の持つ栄養、特にビタミンは、水分や脂分に溶けだしやすい性質を持っています。また、加熱することで酵素が壊れてしまうこともあります。食べ方や調理方法などを工夫して、しっかり栄養を摂りたいですね。

栄養を逃がさないコツ

★ゆでるのではなく、蒸す

キャベツやタマネギ、ブロッコリーなど、水溶性ビタミンを多く含む野菜向け。電子レンジを活用すると便利！



★生のまま食べる

加熱することで壊れやすい栄養を逃がさない。



★スープにする

煮汁に溶け出した栄養ごといただく。水溶性ビタミンを多く含む野菜向け。

★油でいためて食べる

緑黄色野菜やキノコなど、脂溶性ビタミンを含む野菜向け。油で炒めたり、ドレッシングに油を使ったりすることで、栄養を効率的に吸収できる。



【献立紹介】

【炊き込みごはん】

材料 2合分

- ・米 2合
- ・ツナ 1缶
- ・えのき 1/2株
- ・しょうゆ 大さじ1/2
- ・みりん 大さじ1/2
- ・塩 2.5g

ツナ缶は、マグロやカツオが原料となります。高たんぱく低脂質でEPAやDHAを含みます。



作り方

- ①米を重量の1.5～1.6倍程度の水加減をし、漬けておく。
- ②えのきは1～2cmに切る。
ツナ缶は油をきる。
- ③米に調味料と②を加えて炊飯する。

※具は混ぜずに上にのせて下さい。

【今月の旬の食材】

《さといも》

さといものぬめり成分である**ガラクトン**には**胃粘膜を保護**する働きがあります。

★栄養素

- ・カリウム
- ・食物繊維

★選び方

- ・押したときに**実が固い**もの
- ・**表面が湿っている**もの(泥付きが理想です。)

★保存方法

新聞紙に包んで**常温で保存**する。

★調理と組み合わせのコツ

さといもはぬめりが多いため、そのままだと調味料が染み込みにくい。そのため、塩もみして水から茹でぬめりを取ってから調理すると美味しく仕上がります。



【苦手な味も食卓へ】



こどもは味覚が敏感なため、苦手な食べ物があるのは当然のことです。しかし、「食べないから」と言って、食卓に出さなくなると、その食材を本当に食べなくなってしまいます。食べなくても、大人がおいしく食べる姿を見たり、頻りに食卓に出てきたりすることで、少しずつ「食べてみようかな」という気持ちになります。

大切なのは、「いつか食べられるようになったらいいね。」という気持ちを持ち、長い目で見守ることです。食事は美味しく楽しくするものということが、こどもにも伝われば好き嫌いのある食べ物もいつか食べられるようになるかもしれません。



2がつのこんだて

川崎市保育所給食参考

1(木)	2・26(金・月)	3・17(土)	5・19(月)	6・20(火)
ごはん おからハンバーグ ひじきの炒り煮 味噌汁 フルーツ	ごはん 魚の照り焼き 豆腐の和え物 けんちん汁 フルーツ	ごはん 麻婆豆腐 粉吹芋 わかめスープ フルーツ	ごはん 豆腐の松風焼き 煮びたし 豚汁 フルーツ	ごはん 鶏のからあげ れんこんのきんぴら 味噌汁 フルーツ
牛乳 カステラ せんべい	お茶 なら茶めし	牛乳 黒糖パン せんべい	牛乳 りんごゼリー クラッカー	お茶 ニュータンタンメン
7・21(水)	8・22(木)	9(金)	10・24(土)	13・27(火)
ごはん 魚の西京焼き 三色おひたし 清汁 フルーツ	ごはん 豚肉の韓国風焼き 青菜のマヨネーズ和え 味噌汁 フルーツ	ごはん 鶏レバーの炒め煮 白菜のサラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん 生揚げのケチャップ炒め ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ	ごはん ほうれん草のグラタン 三色サラダ コーンスープ フルーツ
牛乳 米粉のココアケーキ	牛乳 やしそば	牛乳 ゆかりごはん	牛乳 ぶどうパン せんべい	牛乳 鶏おこわ
14・28(水)	15・29(木)	16(金)お誕生会♪		
ごはん 魚の変わり焼き ナムル 味噌汁 フルーツ	ごはん カレー 切干大根のサラダ フルーツ	ハンバーガー ブロッコリーサラダ コンソメスープ フルーツ		
牛乳 ピザトースト	牛乳 きな粉入り蒸しパン	牛乳 カステラ せんべい		

【献立の紹介】

ニュータンタンメン

川崎市に多くの店舗を構える「元祖ニュータンタンメン」を子ども向けにアレンジしました。卵、豚挽肉が入り、にんにくで香りづけをしています。

なら茶飯

米に豆などを入れお茶で炊いた郷土料理です。

◎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。

◎フルーツはみかん、ポンカン、いちご、伊予柑、清見オレンジの予定です。