



今年は秋が短く、温かい日があったと思ったら、急に冬の寒さになり、衣類の調節や体調の管理がむずかしいですね。保育園では乳児クラスを中心にアデノウイルス感染による「はやり目」や「発熱」「下痢」が流行しました。

11月の終わりに幼児クラスを対象に手洗い指導をしましたが、感染予防の基本は『手洗い・うがい』です。『手洗い・うがい』をしっかりおこない、今年最後の1か月を元気に過ごしましょう。



手洗い指導をしました



雪組は「あわあわ手洗いの歌」で手洗いの練習をした後に手洗いし、グリッターバッグという器械でしっかり汚れを落とせたか確認しました。



おねがい♪かめさん♪



順番を待つ間もビデオを見ながら自主練です

きれいになったかな

あわあわ手洗いの歌はこちらからご覧になれます



<https://youtu.be/RzsqynHMwlg>

月組は手洗いの復習・咳エチケット・鼻のかみ方を練習しました。



咳では2m、くしゃみは3~5mウイルスが飛ぶよ！
咳エチケットを守ることで感染を広げないようにしよう



普段どんなふうになをかんているのか、見せてもらいました。片手で鼻をかんているお子さんが多くいました。



1) 口から息を吸い、ティッシュを広げ鼻全体を包むように押さえます。



2) 片方の鼻の穴を押さえ、ゆっくりやさしくかみます。強くかまないように気をつけましょう。

花組はエプロンシアターで手洗いの練習をしました。



指の間もしっかりと洗わなきゃ



先生のお手本をみながら、しっかりと洗っています



11月の感染症のお知らせ

はやり目・・・13名(宙組2名・星1組1名・星2組1名・花組6名
雪組3名)

プール熱・・・2名(宙組・星1組各1名)

溶連菌感染症・・・2名(花組・月組 各1名)

インフルエンザ・・・1名(月組)

突発性発疹・・・1名(星1組)

アデノウイルス感染症・・・1名(星1組)

はやり目が大流行!

アデノウイルスが結膜に感染し炎症を起こします。白目が充血したり、目やにが出たり、涙目になったり・・・。目の異常に気付いたら早めに眼科を受診しましょう。



ぱくぱくランチ

見崎 利恵子

なんとなく慌ただしい12月。

子どもたちの生活リズムはふだんから大人に左右されがちですが、特に年末年始は生活リズムが乱れやすくなります。乳児期は特に早寝、早起き、食事時間をきちんと決めるなど意識して生活リズムを大切にするように心がけましょう

冬至にすること

一年で最も昼が短くなる冬至。運がつくとして「ん」のつく食べ物のカボチャ（なんぎん）を食べます。昔は夏が旬のカボチャを冬まで保存し、貴重なビタミン源として冬に食べました。この日にカボチャを食べると、風邪をひかないといわれます。カボチャと小豆を煮た「いとこ煮」を食べる地方もあります。ユズ湯は、ユズの強い香りで邪気を払うとされています。ユズの成分が血行を促進し、身体をあたためて風邪を予防します。



今月の食育活動



月組さんカレー作り
美味しく出来ました

花組さんと雪組さんが しいたけの栽培を始めました。



1週間後



雪組の子どもたちが育てているロマネスコが寒さに負けず大きくなりました。

Xmasにお子さんと一緒に

お星さまのバターシュガーラスク

材料

- お麩 20g
- バター 20g
- グラニュー糖 大さじ3

作り方

- ① バターを耐熱容器に入れて電子レンジで溶かします。
- ② お麩と 溶かしバター、グラニュー糖を絡めます。
- ③ クッキングシートを敷いた天板に並べトースターで5分焼きます。

※ 麩の大きさによって焼き時間は調節して下さい

