

１１月のほけんだより



看護師
髙橋　朝子

朝・夕の冷え込みが強くなってきました。１日のうちの寒暖差が激しいと、風邪を引きやすくなります。本格的な冬が来る前に、生活リズムや服装、食生活などできるところから見直し、風邪予防をしっかりとしましょう。

ウイルス性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）が流行する季節になりました。また胃腸炎ではないが、咳き込み嘔吐の場合もあります。お家で嘔吐した後の登園めやすは、嘔吐・下痢症状が治まり、普段の食事がとれることです。

嘔吐後のケアのポイント！！



- 吐いたものを口から取り除く
- 安静にさせて様子をみます。吐いたものが喉につまらないように横向きに！
- １時間以上してから少しずつ水分をとる

嘔吐・下痢後の消毒、洗濯方法について

- 二次感染予防のため、手袋・マスクを着用しましょう
- 吐物を処理する時は、塩素系漂白剤を使用する。
- 汚物を取り除いた衣類は、85℃以上の熱湯につけるか、塩素系漂白剤につけて消毒してから洗濯をしましょう。

新町保育園では職員で嘔吐処理研修を行っています！正しい知識を身につけ感染対策を強化しています。





※園で嘔吐・下痢で衣類が汚れた場合感染予防のため洗わずに返却します。大変申し訳ありませんが、ご家庭で処理をお願いします。返却時に処理方法のお手紙をお渡ししています。



10/28（水）幼児クラスに手洗い指導をしました

＜花組＞
スペシャルゲスト（まーちゃん✿）が来て手洗いをどうしてしないといけないのか、指導しました！！最後は手洗いの歌で、手洗いの練習をしました。





＜雪組＞
グリッターバグの器械を使用して、洗い残しがあるかどうか、自分の目で見て確認しました。洗い残しが多かった子どもたちは、きれいになるように手洗い頑張ると言っていました。





＜月組＞
手洗い指導の復習をしたあとに、身体の臓器の働きについてお話をしました。実際に脳の重さ、やわらかさを体験し、小腸の長さ（６m）にびっくりしていました！自分・友達・みんなの身体はすごいこと！大切なことを説明しました！！





♪「あわあわ手洗いのうた」♪
手洗い指導のときに使用したものです。
お家でも手洗いの時にやってみてください！
手洗い・うがいをしっかりとし風邪に負けないようにしましょう。

１０月の感染症のお知らせ



インフルエンザＡ：４人（星１、雪）
RS ウイルス：２人（星２、星１）
ヘルパンギーナ：１人（星１）
手足口病：１人（宙）　水ぼうそう：１人（星１）

１０月３０日（金）秋の健康診断を行いました。結果はスマートビューにてお知らせしていますので、ご覧ください。お休みで健診を受けられなかったお子さんは、１１月２０（金）の乳児健診で受けます。



きゅうしょくだより

調理師　原　はるか

朝晩の冷え込みが深まり、秋を感じる季節となりました。
子ども達が元気に過ごせるよう、栄養バランスのとれた給食を提供していきます。
旬の野菜を取り入れ、食べる楽しさを感じてもらえたら嬉しいです😊

今月の旬の食材


さつまいも


かぼちゃ


きのこ類


れんこん


白菜


みかん

旬の食材は、栄養価が高く、
味もおいしいのが特徴です。季節ならではの味を
子どもたちに届けたいと思います。

御赤飯について

11月は、七五三やお祝いの行事で
「御赤飯」を提供します。

御赤飯は、もち米と小豆を一緒に
炊いたもので、「邪気を払う」「長寿
「家族の幸せ」を願う縁起の良い
食べ物とされています。



子どもたちに日本の伝統行事や、
食の大切さを伝えていきたいと思
います。

もち米と小豆が
入った、
やさしい甘さの
ごちそうです♪

食育活動

星２組さんがきのこほぐしの
お手伝いをしてくれました🍄





キャロットケーキはアメリカ発祥のお菓子です🍰

砂糖が貴重だった時代、甘みのある人参が
お菓子作りに活用されていました。





キャロットケーキを作ろう！

にんじんたっぷり！ しっとりやさしい甘さの
手作りケーキです。シナモンの香りがふんわり広がります♪

パウンド型1台分（25×8.5×6cm）　オーブン温度 180℃　焼き時間の目安 40〜50分

材料

卵	2個
グラニュー糖	140g
にんじん（皮をむいてすりおろす）	140g
油（サラダ油など）	135g
レモン汁	1/2個分（大さじ1程度）
薄力粉	180g
ベーキングパウダー	小さじ1/2
重曹	小さじ1
シナモンパウダー	小さじ1
塩	小さじ1/4



おいしく仕上げるポイント

- にんじんはすりおろしてから140g量ります。
- 油はサラダ油など、香りの強くないものがおすすめです。
- 焼き時間はオーブンによって異なります。表面が早く色づく場合は、途中でアルミホイルをかぶせてください。
- 焼いた翌日は味がなじみ、しっとりとした食感を楽しめます。

みんなでおいしく食べましょう☺

作り方

1. **下準備**

オーブンを180℃に予熱する。パウンド型にクッキングシートを敷き、薄力粉・ベーキングパウダー・重曹・シナモンパウダー・塩を合わせておく。

2. **卵と砂糖を混ぜる**

ボウルに卵とグラニュー糖を入れ、泡立て器でよく混ぜる。

3. **液体材料とにんじんを加える**

油を少しずつ加えて混ぜ、レモン汁とすりおろしたにんじんを加えて均一に混ぜる。

4. **粉類を混ぜる**

合わせておいた粉類をふるい入れ、ゴムべラで粉っぽさがなくなるまでさっくりと混ぜる。

5. **型に流して焼く**

生地を型に流し入れ、180℃のオーブンで40〜50分を目安に焼く。竹串を中央に刺し、生の生地が付かなければ焼き上がり。

6. **冷ます**

焼き上がったら型から取り出し、網の上で冷ます。粗熱が取れたらラップで包むと、しっとり感を保ちやすくなります。