

園だより

SCHOOL NEWS LETTER

12月 December

保育所 こどもの家



日に日に寒くなり、朝夕の冷たい空気が本格的な冬の訪れを感じさせます。今年も残りわずかとなりましたが、今月は子ども達が楽しみにしているクリスマスがあります。歌や絵本、製作を通して楽しみにしている気持ちを共有して楽しんでいきたいです。また、空気の乾燥に伴い風邪やインフルエンザが流行し始める時期でもありますので、ビタミン豊富なものや温かい食べ物をたくさん食べて、元気に冬休みを迎えましょう。

12月の予定

9日(金) 身体測定
11日(日) 収穫祭
20日(火) 避難訓練
21日(水) お誕生日会&クリスマス会

12月のお誕生日

26日 しのだき なるきくん
(2歳)

お誕生日おめでとう♪

冬至のお話

今年は「12月21日」です。冬至のこの日北半球では太陽の高さが一年中で最も低くなり、昼が一年中で一番短く、夜が長くなります。よく言われていることとして、冬至にはかぼちゃを食べ、柚子湯に入る習慣があります。かぼちゃには体内でビタミンに変化するカロチンが多く含まれています。冬にビタミンなどの供給源が不足した時代の先人の知恵だといえます。柚子湯は、寿命が長く病気にも強い柚子の木にならって柚子風呂に入って無病息災を祈る風習になったと言われている。柚子のいい香りでゆっくりお風呂に入ればリラックスできて風邪予防にもなりますね。

しっかり対策！インフルエンザ

いったん流行すると急速に広がるインフルエンザ。風邪と違って症状が重くなることも多く、4～5日の病欠が必要になります。くしゃみや咳による飛沫(ひまつ)感染、ウィルスが付着した手が口などにふれることによる接触感染が主な原因で広がります。インフルエンザにかからないために基本的な予防や体調管理も重要です。今年は早い時期から流行する予測があり、現状でも千葉県内で学級閉鎖がでているようです。早めの予防対策をしっかりしていきましょう。

症状⇒ 倦怠感、関節の痛み、高熱、せき・鼻水・のどの痛み

種類⇒ A型・B型・C型

予防⇒

①予防接種：12月上旬までに接種することが望ましい

②手洗い：外出後や食事の前、トイレの後などこまめな手洗い、石けんで手のひらだけでなく指先、爪の間、指の間も洗う

③適度な湿度を保つ：室内での加湿器の利用

<12月の保育目標>

0歳児・・・体調を崩さず、元気に過ごす。

1歳児・・・身の周りの事を出来ることから少しずつ自分でしようとする。

2歳児・・・うがい手洗いをしっかり行い、元気に過ごす。

<お知らせ>

◎年末年始のお休みについて

12/29(木)～1/3(火)

保育園は休園となります。

1/4(水)から平常保育です。