

えんだより



11月は行事が、たくさんあります。

- 11/1→ 園外保育(近隣の畑に芋掘り)(幼児)
当日はサツマイモを持って帰ります。
- 11/8→ 新水元児童館で近隣の葛飾区私立保育園が集まり、4月入園の保護者の為の相談会があります。入園希望の方にお伝え下さい。
- 11/11→ 環境学習で、東京都清掃事務所が学習用の清掃車体験とごみの分別をご指導頂きます(幼児)
- 11/6・14・22→ ふたば・もり組では、保育参観と給食試食を行います。
- 11/15→ 七五三では、子どもの成長を祝う為、神社へ参拝に行きます(幼児)

★保健室より

朝晩の冷え込みが厳しくなってきました。寒暖差が激しくなってくると体調を崩しやすくなります。生活リズムを整え、本格的な冬にむけて体作りをしていきましょう。

※インフルエンザの流行期に入りました。

インフルエンザは乾燥を好みます。今年は流行が早く、園でもインフルエンザの罹患がありました。予防接種には、インフルエンザの発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ効果もあります。子どもの場合1シーズン2回の接種が必要です。体調の良い時に予防接種をしましょう。また、職員も10月より予防接種を行っています。

※予防について

- 1、うがい手洗い
- 2、バランスの良い食事
- 3、部屋の換気と加湿
- 4、規則正しい生活リズム
- 5、人混みを避ける

厚着になっていませんか？

寒いと厚着になりがちです。子どもは外を走ったり体を動かし汗をかきます。汗をかき汗が冷えると風邪をひく原因にもなります。寒い日は、重ね着などで衣類調節ができるようにしましょう。

※先月歯科健診がありました。

	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
虫歯の数	0人	0人	3人	1人	2人	4人

幼児期は言葉を話し始める大切な時期です。歯がそろうことで、正しい発音ができるようになります。乳歯の下には永久歯が育っています。歯は生えかわるからとケアをおろそかにすることなく、虫歯を予防しましょう。

こどもとは②

- 古くからことわざで「育てたように子は育つ」と言います。柔らかな心を持った子どもは身の回りの大人をモデルに自分自身の土台を築いていきます。
- 出産前はみな同じ胎児ですが、外の空気を吸った瞬間から一人の人間となる為に日々育っていくのです。
- 大人の関わりによって「あたたかみのある、物の見方や考え方」を身に付けて欲しいと願います。
- その為には、大人が日常の一つの事柄に丁寧に、誠実に向き合う姿を示すように努める習慣をつけ、心に留めておきたいものです。

運動会のアンケートにお答え頂きありがとうございました。

運動会前の練習で体育館をお借りした時、音が大きすぎるとご注意を受けたので当日は音量を控えめに行った為、聞きづらくなりご迷惑をおかけしました。アンケートにお答え頂いた98%の方は「すごく楽しかった」「子どもの成長が見られた」等をお書き頂き、職員に対しては「お疲れ様」「大変だったでしょう」等の温かいねぎらいの言葉を頂戴し、保護者の方々の大きなご支援を感じまして、嬉しかったです。今後ご理解とご協力を頂けますよう宜しくお願いいたします。(園長 狩野)

★給食室より

11月24日は和食の日

和食は平成25年12月にユネスコ無形文化遺産に登録されました。しかし、和食は海外でとてもブームになっている一方で、日本では和食離れが進んでいるとされています。食の多様化や米の消費量の減少などにより存在感が薄れつつあると言われています。美味しいお米の季節に美味しく食べて、和食の良さを感じてください。

これからの季節、新米が出回ります。新米は8月～10月に収穫されたお米でその年の内に流通するもののことを言います。水分を多く含み、艶がありこしが強いとされています。そのため、炊飯の時には「水分は気持ち少なめ」を意識すると柔らかくなり過ぎず美味しく炊けます。洗米は素早く、浸水はしっかりと、水分は気持ち少なめ。これが新米を炊く際のポイントです。

そして、和食に欠かせないのが《出汁》です。かつおだし・昆布だし・煮干しだしなど、様々な種類があります。それぞれの良さを知り料理に活用すると、減塩にもつながります。顆粒だしなど、手軽に美味しい物も多く存在しますが、ぜひこの機会にお出汁をちゃんととってみるのはいかがでしょうか。寒くなる季節に、温かいお吸物やおでんなどで寒さを乗り切りましょう。