

# えんだより



例年は初夏の行事「大型連休・子どもの日・母の日」等で、楽しい計画もあったかと思いますが、今年は3月よりコロナウイルスが予想を超えて拡大しました。

葛飾区からの要請により、保護者の皆様には長期間に渡り家庭保育をして頂く等のご協力を頂き感謝致します。保育園では感染防止策として園舎内の空間も含め、可能な限り消毒を行っていますが、子ども同士の遊びは濃厚接触となり、これを防ぐことはできません。まだ暫くは油断が出来ない状況ですので、今後も家庭保育が可能な方はご協力を宜しくお願いします。

保育園では感染予防を今後も継続致しますが、ご家庭でも「手洗い・うがい」等を実行され、ご家族の方も健康に変化がありましたら園までお知らせ下さい。

## ★保健室より

- ・子どもの歯は永久歯に生え変わるからと放置していませんか？
- ・きちんと治療しないと永久歯の成長を妨げ、歯並びに影響が出ます。
- ・毎日の中での習慣の一つに歯磨きを取り入れましょう。

### \*\*\* 虫歯予防のポイント \*\*\*

#### 1. 食べた磨く習慣にしましょう

歯が生え始めた乳児でも、歯ブラシに慣れる習慣として、食後にはガーゼで拭くだけでも効果があります。

#### 2. 栄養のバランスの良い食事を心がけましょう

歯の育成には、よい食事が必要です。

#### 3. かかりつけ医を決めて定期的に歯科健診をしましょう

子どものうちから、半年～1年に1回位は歯のチェックをし、歯医者に慣れることも大切です。

#### 4. 仕上げ磨きをしましょう

乳幼児は、自分では十分に汚れを落とすことはできない為、親の手で仕上げ磨きをすることが大切です。

### \*\* 虫歯を移さないために大切なこと \*\*

- ①スプーンやフォーク・箸の共有は避ける
- ②口移しで食べさせない
- ③虫歯のある家族は早急に治療する
- ④家族全員での虫歯予防

大人の歯周病が感染します



※例年、6月・10月頃に実施している、歯科健診及び歯科指導ですが、コロナウイルスの影響で実施を延期するように葛飾区より連絡がありましたので、11月以降まで延期となりました。実施日が決まりましたら、再度お伝えいたします。

## ★給食室より

### しっかりとバランスの良い食事をとりましょう。

新型コロナウイルスの影響で生活が元に戻らず、3回の食事、メニューを考え栄養バランスも考え、用意し片付ける等、毎日大変かと思えます。今の時期、たくさん栄養を摂って免疫力を高めて、ウイルス等の病気に負けない身体作りをしましょう。

バランス良い食事に近づける魔法の言葉

「まごたちはやさしい」を紹介します。

『ま』…豆製品（大豆・豆腐・きな粉等） 『ご』…ごま

『た』…卵 『ち』…乳製品（ヨーグルト・チーズなど）

『は（わ）』…わかめなどの海藻類

『や』…野菜 『さ』…魚 『し』…しいたけなどのきのこ類

『い』…イモ類（じゃがいも・さつまいもなど）

バランス！と言われてもピンとこないことが多いと思います。この9種の食品をより多く摂取できるように心掛けるだけで、ビタミン・ミネラル・食物繊維などをより良いバランスで摂取できるとされています。

ご家庭でのお料理の際に参考にしてみてください。

体の中からも健康に過ごせるよう、「食べすぎ」・「食べなさすぎ」に、注意して健康に過ごしましょう。



## ☆クラス紹介（もり組）☆

『一人ひとりがのびのびと過ごす』

もり組は、自我の芽生えと共に感情表現が豊かになる時期です。

少しずつ言葉が出始め、気持ちを言葉で表現する人もいれば、

身振り手振りで伝えようとする人がいます。その際に、子どもの要求を先取りしないようにゆっくりと待つ、上手に表現できない時には、子どもの気持ちを受け止めて、あいづちを打ったり言葉で確認しながら自分で伝えようとする気持ちを育てていきます。他児への興味も増し、関わろうとする場面も増えてくる為、安心して子ども同士のやりとりが出来るように職員が傍で見守り“一緒に”の気持ちに気付けるようにしていきます。又、天気の良い日には、戸外へ出ておもいきり体を動かせるように一緒に走ったり、遊具で遊びながら体の発達を引き出していけたらと思います。広々とした室内でも静と動の遊びを十分に行い、いつでも元気にのびのびと過ごしていきます。

保護者の方々と情報交換を密にし、お子さんの成長を間近に感じられる幸せを大切にしながら保育してまいりますので、一年間宜しくお願い致します。

