

【のぞみグループ】

のぞみグループでは、いろいろな冒険をしながらお散歩を楽しんでいます。行きと帰りで道を変えたり「あっち行ってみようよ！」とみんなで相談してルートを決めたり、走りながらお散歩をしたり。歩きながら新しい道を見つかることもあり、みんなワクワクした様子で歩いています。また、花や木の实、虫などを見つけるのもとても上手で、見つけるたびにみんな集まってじっくりと観察を楽しんでいるんですよ。気分はまさに冒険家です。お散歩から帰ってくると「また行こうね！」と、元気な様子で話しています。体力もついて、遠いところへもお散歩に行けるようになったので、次はどこまで冒険にいこうかな。

【ひかりグループ】

〈お散歩—食べ物編—〉

今年は畑でいちごとじゃがいもを育てています。お散歩ででかけるたびに大切にお世話をしてきました。みんなの気持ちが伝わり、おいしいいちごを収穫し味わう事ができました。自分達で作ったいちごの味は格別のようです。

〈お散歩—冒険編—〉

エルマーのお話が大好きな子どもたち。絵本の世界を楽しむ子どもたちには、いつもの道が“冒険”に変わります。物音や鳴き声があるとドキドキワクワク！！空堀川の石を集めて、ぴょんぴよこ岩を作るとエルマーになりきってジャンプをしています。みんなのエルマーTシャツも出来上がり、冒険が始まりそうな予感です…！？

(次へ続く→)



〈お散歩—挑戦編—〉

保育園のまわりには公園がたくさんあります。自然公園、中央公園、ふれあい公園、時には片道40分をかけて久留米西団地まで歩きます。そして、公園では鉄棒や登り棒、うんていに挑戦！！お友だちがいいライバルとなり、競い合いながら練習をしています。

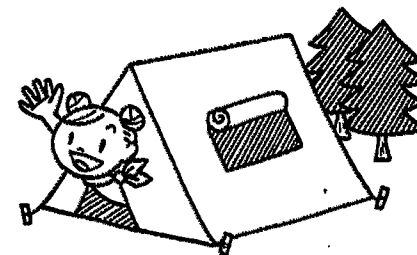


お泊り保育 2014

ひかりグループ(年長児)のお泊り保育は 6/28(土)~29日(日)です。子どもたちとやりたい事や食事のメニューなどを話し合い、ひとつひとつ確認しながら作り上げている最中です。お揃いのTシャツや夜の探検で使うキャンドル作り、お米とぎの練習も始めました。これからは飯盒やカレー作りの練習、テント張りなど、まだまだ準備があります。みんなで協力しながら準備をすることで、当日を迎える事ができます。だからこそ、お泊り保育が子どもたちの自信に繋がり、かけがえのない経験となります。

家庭から離れ、友だちや保育士と一晩過ごした後は、どんな表情でお父さんお母さんのお迎えを待つのでしょうか？お子さんの成長と土産話にご期待下さい。

今年は、夜のお散歩をしながら、『エルマーの冒険』の世界にたっぷり浸る予定です。子どもたちの創造力がどこまで広がるか楽しみです。





～平成26年6月号～

(栄養士：大澤)

今年は例年に比べ、真夏日が早く訪れています。散歩から帰ってくる子ども達も汗びっしょりです。こまめな水分補給など暑さ対策をしっかりしていきたいですね。園での水分補給は逆浸透膜（微細な物質を除去し、真水を精製する浄水システム）で浄水された安全でおいしい水を飲んでます。お家や外出先などでの水分補給もこまめに行いましょう。

歯のこと

6月4日は虫歯予防デーでした。冒頭で水分補給の話をしてきましたが、暑くなると冷たい清涼飲料水やスポーツドリンク、果汁飲料を摂りがちになってしまうかもしれませんが、これらの飲み物には糖分がたくさん含まれています。水分補給には、麦茶や白湯などの糖分のないもので、ジュースはたまのお楽しみで飲むと美味しさも嬉しさも増えますね。

また、よく噛んで食べるということは、唾液の分泌を良くし、消化を助け、栄養の吸収を高めてくれます。噛むことは美味しさを味わうことができ、脳を刺激し、働きをよくするともいわれています。噛むことは体に良い事ばかりですが、歯が健康であることが前提です。歯が1本痛みはじめるだけで食べることが辛くなり、気分もすぐれなくなってしまいます。歯の健康が全身の健康を左右することにもつながってきますので、日頃からのケアをしっかりしていきましょう。



家庭で出来る食中毒予防の6つのポイント

食中毒というと、飲食店や外での食事が原因と思われがちですが、家庭での食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。家庭での発生は、症状が軽かったり、発生人数が1人や2人の場合が多く、風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気付かれず、重症化することもあります。ここで6つのポイントをチェックしてみてください。

point 1 食品の購入

- 消費期限などの表示をチェック!
- 寄り道しないでまっすぐ帰ろう
- 肉・魚はそれぞれ分けて包む
- できれば保冷剤(氷)などと一緒

point 2 家庭での保存

- 帰ったらすぐ冷蔵庫へ!
- 入れるのは7割程度に
- 肉・魚は汁がもれないように包んで保存
- 冷蔵庫は10℃以下に維持
- 冷凍庫は-15℃以下に維持
- 停電中に庫内温度に影響を与える扉の閉閉は控えましょう

point 3 下準備

- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- タオルやふきんは清潔なものに交換
- ゴミはこまめに捨てる
- こまめに手を洗う
- 肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく
- 井戸水を使っていたら水質に注意
- 肉・魚は生で食べるものから離す
- 野菜もよく洗う
- 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4 調理

- 加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)
- 台所は清潔に
- 作業前に手を洗う
- 電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする
- 調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

point 5 食事

- 食事の前に手を洗う
- 盛り付けは清潔な器具、食器を使う
- 長時間室温に放置しない

point 6 残った食品

- 時間が経ち過ぎたりちよつとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる
- 作業前に手を洗う
- 手洗い後、清潔な器具、容器で保存
- 温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)
- 早く冷えるように小分けする

★ こどもたちのようす ★

「水ぼうそう」が乳児で出ました(9日)

潜伏期間が11日～21日と長く、感染力が強いので、今月いっぱいご注意ください。

登園に際しては

医師による【意見書】が必要になります。

『すべての発疹がカサブタになるまで』が登園の目安です。

号外で『アデノウイルス』による感染で高熱や下痢の流行をお知らせしました。6月になり発熱・下痢・(嘔吐)を伴う症状の子がだらだらと乳児7人、幼児2人と出て更なる流行感染が気掛りです人に感染するアデノウイルスは49種類もありどんな病気を起こすかは色々で症状の出方に個人差があり、長引きひどくなる子、軽い症状で回復する子と様々でした。梅雨入りで、気圧の変動や雑菌も繁殖しやすくなるので環境を整えて気をつけて過ごしましょう。

市内保育園で

ヘルパンギーナが流行

突然の高熱(39℃前後)で始まり、のどの奥に赤くブツブツができ、のどの痛みで食欲が無くなります。熱は2～3日で下がりますが、水分や食事がとれず重症になることがあります。発熱や発疹がピーク時には感染しやすくなります。今のところ当園では出ていませんが、これからの時期気をつけましょう。

「登園届」が必要です。



ほけんだより

保健師 こうろき

歯科健診をおえました!

昨年は大泣きして口を開けるのが大変だった子ども達が、今年はずっとスムーズに診察を受けることが出来る様になっていて、ひとりひとりの成長をうれしく思いました。

グループ	受けた人	虫歯あり	要観察【Co】
ひかり 5歳	21人	6人	2人
のぞみ 4歳	20人	4人	2人
みどり 3歳	19人	1人	3人
そら 2歳	14人	0	0
はな 1歳	11人	0	0

歯を大切にすることって…?

★ 今回の健診で、昨年1本も虫歯がなかったのに一気に増えてしまったというケースもありました。

日本の将来にとって貴重で大切な数少ない子ども達だからこそ健康に育っていけるように、小さい頃から自分の体に関心を持ってほしいと思っています。おりにふれ、体のつくりや働きについても話をしています。子どもにとって、人生最初に身につける基本の健康行動『歯磨きと洗面』は体を大切にするところの健康の入口です。“はみがき”を自分ですすんで行き、健康を守るための能力(生きる能力)をこれからも身につけてほしいと思います。日々の生活で大人たちのまなざしや手助けが大切ですね!!寝る前のみがき直しをお願いします。

水痘 “水ぼうそう”

ワクチン定期接種が開始

★今迄は任意接種で有料でしか打つことが出来なかった水痘の予防接種が今年度10月から市町村で公費で定期接種となります。

◆標準的な接種は

生後1歳～1歳3ヶ月までに初回の接種
追加は6か月～1年の間隔で1回 の計2回

◆経過措置として

・生後3歳～5歳の子を対象として1回 公費で注射が出来ます。ただし平成26年度限り

・すでに【水痘に罹った場合】は対象外

・任意(自己負担)で接種し、すでに『水痘ワクチン』を受けた場合は、接種した回数分の接種をうけたもの



とします。

*** ほほえみばなし ***

・健康診断で、医師の山岸先生が子供の胸に聴診器をあてて『もしもし・もしもし』とつぶやいていた時・・・その男の子は、『…もしもしかめよ♪♪かめさんよ～♪』と唄ってくれました。思わずニコ(*^_^*)

・身体測定時、身長計の足元には、大きな“キリンの絵”が貼ってあります。2歳の子が身長計にのった時『お名前は??』とたずねると、足元を見つめて『“きりんちゃん”』と真剣そのものに答えていました。