あおぞらだより

令和５年１２月１日
第４６号
発行者：榎本　千尋

草加 あおぞら保育園

園目標

礼儀正しくけじめのある子
仲間と共に育ちあう心豊かな子
目標に向かってがんばる子

生活のリズムを整える

日増しに冬の足音が聞こえる季節となってきました。特に子どもたちの降園時は温度差が大きく体調を崩さないようにと願っています。今年は秋から発熱・のどの痛み等の体調不良でのお休みが多く、後半は感染症の罹患者もかなり発生しました。コロナ明けでインフルエンザ流行が叫ばれていましたがその感染力には驚いています。子どもたちの健康を保持増進するためには日ごろから「運動」「食事」「休養・睡眠」をバランスよくことが必要だといわれています。是非、家庭でのご協力をお願いしたいと思います。登園してくると、子どもたちは何時もさわやかで元気な子・ご機嫌斜めな朝でも「おはようございます」とはっきりとあいさつできる子と様々です。一日のリズムがしっかりと整ってくると気持ちも安定してきます。大人の生活のリズムではなく子どもの一日の生活のリズムを整えていただきたいと思います。適度な運動をすればお腹がすきます。体を十分動かし食事をとりバランスの良い一日の過ごし方が定着できるようご協力をお願いいたします。

＜１２月の予定＞

1	金		17	日	
2	土	園庭開放	18	月	清掃活動
3	日		19	火	体操指導
4	月		20	水	英語指導
5	火	体操指導	21	木	音楽指導
6	水	英語指導	22	金	クリスマス会
7	木	大根掘り	23	土	個別面談日
8	金		24	日	
9	土	子育て講座①	25	月	誕生日会
10	日		26	火	大掃除週間
11	月	避難訓練	27	水	大掃除週間
12	火	体操指導・プチ体操	28	木	大掃除週間
13	水	英語指導	29	金	休園日
14	木		30	土	休園日
15	金	発表会写真撮り	31	日	休園日
16	土	子育て講座②			

１月の主な予定

1～3日　休園日
11日　凧あげ・鏡開き
15日　音楽指導
19日　引き渡し訓練
20日　第5回発表会
25日　避難訓練
29日　誕生日会

○さつまいも掘り（11月9日）

さつまいも掘りを子どもたちは楽しみにしていました。さつまいものつるをどかすと「どこにさつまいもあるの？」と期待に胸を膨らませていました。

実際にさつまいも掘りをはじめると「なかなか掘れないよ」といいながらも友だちと一緒に頑張って土をほっていくとたくさんのさつまいもが顔をだしました。「おおきいのがほれたよ」と大きいさつまいもを両手に持って子どもたちは満面の笑みをみせてくれました。

○親子体操（11月11日）

今年も体操講師の岩﨑伸江先生による親子体操を実施しました。

準備体操の時から子どもを抱っこして回ったり、全力で走ったりとたくさん体を動かして、汗が出てくるほどでした。子どもたちもお父さん、お母さんと一緒にたくさん動きまわり、スキンシップがたくさんとれて、充実した時間になりました。

○七五三詣り（11月10日・14日）

今年は10日と14日に分けて吉町公園のとなりにある日枝神社まで七五三詣りに行きました。

神社の鳥居をくぐるところからお辞儀をしていくということを伝え、神社の中でも「二礼二拍手一礼」をしてお詣りしました。長寿の意味もこめて自分たちで作った千歳飴袋に千歳飴も入れて、楽しむことができました。

七五三制作

保育部（左から0.1.2歳児）

幼稚部（左から3.4.5歳児）

こでまり組

<今月の目標>
・絵本を通して絵や言葉に親しむ
・歌や音楽に合わせて体を動かす

<クラスの活動>
・保育者や友だちと絵本を楽しむ
・保育者と一緒に安心して練習に参加する

つくし組

<今月の目標>
・鈴の音に興味を持ち、楽しく鳴らす
・戸外で楽しく体を動かす

<クラスの活動>
・歌やピアノに合わせて楽しく鈴を鳴らす
・公園で体をたくさん動かして元気に遊ぶ

ちゅーりっぷ組

<今月の目標>
・冬の訪れを感じながら身近な自然に関心を持つ
・音楽に合わせて友だちと表現する楽しさを味わう

<クラスの活動>
・季節の移り変わりを感じながら、外で体を動かす
・リズムに合わせて友だちとタンブリンを楽しく叩く

なでしこ組

<今月の目標>
・寒さに負けず、友だちと一緒に体を動かして遊ぶ
・音楽に合わせて練習することを楽しむ

<クラスの活動>
・集団遊びを取り入れて友だちと関わりを持っていく
・友だちと一緒に表現することを楽しむ

あじさい組

<今月の目標>
・和太鼓の使い方を知り、音楽に合わせて演奏する
・相手の意見を聞き入れながら思いを伝え合う

<クラスの活動>
・太鼓の音を聞き、叩き方を知る
・友だちと話し合いながら遊びを楽しむ

ひまわり組

<今月の目標>
・一日の生活の中で見通しを持って活動する
・自分の健康に関心をもつ

<クラスの活動>
・次の活動に合わせて時計などを意識して遊ぶ
・手洗いやうがいなど自分で積極的に行う

お知らせ

○園庭開放について
12月2日(土)に園庭開放があります。クリスマスに関連した制作を行いますので、是非ご参加ください。

○大根掘りについて
12月7日(月)に大根掘りを行います。雨天時など変更がある際にはお知らせいたします。

○子育て講座について
12月9日(土)・16日(土)に幼稚部(3~5歳児)を対象とした就学に向けての講座を行います。是非ご参加ください。

○発表会写真撮り
12月15日(金)は発表会の衣装を着てホッタスタジオの方が集合写真を撮ります。私用でのお休みをしないようにご協力よろしくお願いします。

○年末年始の休園について
12月29日(金)から1月3日(水)まで、保育園は休園になります。先日、年末年始についての手紙を配布していますので記入の上、4日(月)までに担任まで提出してください。

○送迎時の注意
お迎えの際に園庭で遊んでいる姿が多く見受けられるようになっています。事故や怪我につながりますので、お迎え後はすみやかにお帰りください。

○0歳児上履きについてのお願い
こでまり組で歩行ができるようになったお子様は上履きの準備をお願いします。白を基調としたもので名前を書いて持ってきてください。発表会の際に使用したいと考えていますのでよろしくお願いします。

新しい職員の紹介

・中澤　舞先生　　・石川　えり先生

よろしくお願いします

○ひまわり組の様子

今までたくさんの行事を通して子ども達は大きく成長してきました。中でも子ども達が楽しかったことは瀬崎小学校への交流です。9月に交流給食、10月には運動会練習やけん玉交流、11月には授業の招待、持久走大会見学などがありました。

子ども達は瀬崎小学校に行くことを伝えると「何をしにいくの？」「けん玉したい」など、楽しみにしていました。

交流給食や授業への招待の時は大きいお兄さん、お姉さんと一緒になって優しく教えてもらいながら参加しました。子ども達に聞くと「緊張した」「面白かったよ」ととても楽しんでいた様子でした。

小学生になるまであと約4か月ですが、子ども達は友だちと力を合わせて色々なことに挑戦し、頑張っています。

HAPPY BIRTHDAY

12月生まれのお友だち、お誕生日おめでとう！

つくし組	おおつか　にこちゃん	29日
ちゅーりっぷ組	しょうだ　いくくん	7日
	ちん　ひこいくん	25日
なでしこ組	いけだ　ゆうなさん	8日
あじさい組	かんの　このかさん	7日
	やべ　ふみのさん	13日
ひまわり組	ちょう　たつよくさん	6日
	おおき　あおばさん	10日

給食だより

～ たくさんさつまいもが採れました ～

たくさん採れたさつまいもは給食やおやつで美味しくいただきました。「お家でも食べたよ～」と教えてくれました。さつまいもは食物繊維やビタミンが豊富でおかずにもおやつにも使える食材です。

～ 箸指導 ～

11月からあじさい組は箸の練習を始めました。ほとんどの子が家庭で補助箸を使って練習していることをお話してくれました。1回目は箸を使う時のルールを確認し、持ち方を聞いて実際に練習しました。保育園では洗濯ばさみのバネを利用した補助箸を使って練習していきます。

～ おやつレシピ紹介「マシュマロコーンフレーク」 ～

子どもたちからリクエストがくる人気のおやつです。子どもたちはお家でも食べたいようで保護者の方からも作り方を聞かれることが多いので今回ご紹介します。

<材料>　子ども２人分

・マーガリン　4g
・マシュマロ　18g
・コーンフレーク　40g

<作り方>

② コーンフレークは粗く砕いておく。
③ 鍋にマーガリンを入れて弱火で溶かす。
④ 溶けたらマシュマロを加えて焦げないように溶かす。
⑤ 火を止めてコーンフレークを加え混ぜる。
⑥ バットなどに広げて軽く押して形を整えて冷蔵庫で冷やす。
⑦ 好きな大きさに切る。

ほけんだより

冬の感染症にかからないために・・・

マスクをつける

マスクは、咳やくしゃみのしぶきが広がるのを防ぐほか、無意識のうちに口や鼻を触るのを防ぐ効果があります。

人込みを避ける

インフルエンザなどは、人のくしゃみや咳のしぶきを吸い込むことで感染します。人の多いところでは、感染のリスクが高くなります。

手をよく洗う

ウイルスのついた手で口や鼻、目などに触れるとそこからウイルスが体内に入り込みます。外から帰ったとき、食事の前など、こまめに手を洗うことが効果的です。

熱がある時のホームケア

○手を触って布団を調節
熱があっても手足が冷たいときは、これから熱が上がるサイン。布団をかけてしっかり温めます。

○汗をかかせない、汗を取り除く
汗をかくと脱水の原因にもなります。汗をかいたら薄着にしてあげると良いです。

○おでこは冷やさなくても OK
熱があるときにおでこを冷やすと気持ち良いですが熱を下げる効果はほとんどありません。熱を下げるには、首のわき、わきの下、足の付け根など太い血管が走っているところを冷やすと効果的です。

健康に気を付けて良い年を迎えましょう

お祝いムードで気が緩む時期ですが、子どもの誤飲・窒息には十分注意してください。熱い汁物やヒーターなどによるやけども増える時期です。また、ゆっくりしたい時期なので、夜更かしにならないよう、生活リズムを守りましょう。また、急病に備えて、地域の休日診療・救急診療の担当を確認しておくと安心です。