

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いします。



H29



保健だより

愛の泉保育園 看護師:高志武紀子

ノロウイルスに要注意

全国でノロウイルス(感染性胃腸炎)が流行しています。1月14日(土)の親子もちつき会では、異年齢保育となっております。園では感染を防ぐために職員も予防に取り組んでいます。親子もちつき会を楽しく過ごせる為にも、保護者の皆様も予防に努めてくださるようよろしくお願いします。

感染流行期:10月~2月頃

感染経路:ウイルスは貝類からの感染より、感染者の嘔吐物、排泄物からうつる2次感染のケースが多い。

症状:激しい下痢や嘔吐、腹痛があり、38度以上の発熱も伴います。

予防:2枚貝は加熱して食べる。せっけんでよく手を洗う。ノロウイルスを殺すことはできませんが、手から洗い流すことができます。

潜伏期間:1~2日

排出期間:感染者は回復しても、その後1週間~1ヶ月間、排泄物とともにウイルスが体外に出ると言われています。

登園基準:①下痢がない。
②食事摂取ができる。
③3日間の安静後4日目登園可能。
④登園願いの提出。(保護者サイン)
以上のすべての条件を満たしていること。

12月の疾病状況

・発熱・・・6人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)

家庭でできるインフルエンザ予防法

うがいと手洗い

外出後は必ず、うがいとせっけんを使った手洗いを習慣にしましょう。



外出時にはマスクを

感染予防にもなりますが、マスクのもっとも大きい効果はウイルスをまき散らさないこと。



室内の温度・湿度を チェック

室温16~18℃、湿度60%前後が目安
特に乾燥には要注意。加湿器などを上手に使いましょう。



※インフルエンザ予防に「あ・い・う・べ〜」体操を行なっています。ご家庭でも子どもと一緒に取り組んでみてください。

あけましておめでとうございます。

年末・年始は楽しく過ごせましたか?

パーティー料理やおせち料理を家族で楽しく食べたのは子供たちの記憶にしっかり残ると思います。とても、いい経験ですね!

今年もお食事を通して子供たちの健やかな成長のお手伝いをしたいと思います。

14日土曜日には、親子もちつき会があります。衛生面にも気を付けて、新年の喜びをみんなで楽しみたいと思います。是非、お子さんと一緒にご参加お願いします。



食育だより

愛の泉保育園 栄養士 上地陽子

今月のうちな〜くわち〜の日は 13日です

毎月19日は国の定めた食育の日で、愛の泉保育園では子供たちに沖縄の郷土料理になじんでもらう為

うちな〜くわち〜の日として集会を行っています。

栄養のうたを歌ったり、メニューの説明を厨房の先生がして、内容やウチナー食材の説明を栄養士がしています。

1月のメニューは *赤飯*らふてー*イナムドウチ

*田芋でんがくです

1月の献立のポイント

- ・5日は、ムーチーです。ムーチー作りをして、おやつにいただきます。
- ・7日は七草粥の日で、園では一日早めの6日の給食に七草ジュースを予定しています。
- ・24日は、カレーパーティーです。子ども達の育てたじゃが芋を使って調理し、みんなでいただきます。
- ・大根、白菜、島にんじん、ほうれん草、花野菜、りんごやみかん等の旬の食材を取り入れています。
- ・おでん、グラタンやミネストローネ、ラーメン等この時期に美味しいメニューを取り入れています。



おすすめ レシピ

* 今月のレシピは 手作りパンケーキ

ホットケーキミックスを使わず、手作りで挑戦です。子ども達にも安心・安全です! 意外と簡単なので是非 作ってみてくださいね!

各フロアーに準備しています。どうぞご自由にお取り下さい。また感想やリクエストもお待ちしていま〜す(*。^*)