



☆インフルエンザ



最近では、年中インフルエンザが流行しているように感じられます。地域では9月・10月に学級閉鎖を実施したところもあるようです。特に夏と冬に流行がみられ、冬は寒いため空気の乾燥がおこり、夏はクーラーにより空気が乾燥するのでウイルスが活動しやすい環境になります。お部屋の湿度を40%以上保てるよう環境を整えましょう。これから寒くなります。インフルエンザに負けないよう「早寝・早起き、朝ごはん」の生活リズムを整えていきましょう！

インフルエンザの予防接種は10月から開始されています。予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5ヶ月間とされています。より効果的に有効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前に接種を受けるといいでしょう。

- 登園基準：①発症日(0日)から5日間を経過している。
②かつ、3日間は平熱であること。
→はやくて7日目登園可能
③登園願(朝・晩の体温の記入があるので記録をとっててください。)

☆ しらみ

10月はしらみの感染症が発生しました。普段からお子様の頭にしらみがないか確認をお願いします。ご家庭でできる予防法は、髪をきれいに洗い、ドライヤーで乾かしてあげること、また髪を短くすることです。

H29



保健だより

愛の泉保育園 看護師：高志武紀子



11/9(木) 歯科健診(全園児) 10時

11/14(火) むし歯なし表彰式
園児：午前10時
保護者午前10時



保護者むし歯なしアンケートのご協力ありがとうございます。該当者の方には後日お声かけしますので、お時間調整していただき、ぜひ参加してくださいようよろしくお願いいたします。

☆内科検診

10月に内科健診が行なわれました。お子様の体で心配なこと、気になることがある方は、病院の先生に相談してください。病院受診をすすめられたお子様は、早めに医師の診察を受けるようお勧めします。受診後は、内科健診結果用紙の「受診結果通知」に記入してもらい、園へお知らせ下さい。

10月の感染症(9/21~10/20)

- ・発熱……………15人(保護者へ連絡したケース)
- ・手足口病……………りす組(3人)
- ・しらみ……………ぱんだ組(1人)



うさぎ組さん(3歳児クラス) おやつクッキングに挑戦!

エプロンを着て、頭巾をして、目をキラキラさせて一生懸命 おにぎりを握りました



かつお節でおかかふりかけを作って御飯に混ぜ、焼き海苔を巻いておいしいおにぎりを作りました！なかなか上手に握れず、形はバラバラでしたが、自分で握ったおにぎりは、とってもおいしくて、たくさんおかわりしました！簡単なクッキングでしたが、温かい御飯に触れ、御飯の香りを嗅ぎ、おにぎりの作り方、ふりかけの作り方を知り、いろいろな学びがありました。ご家庭でもエプロンを着て小さなお手伝いをする事で大きな達成感が得られると思います



とっても簡単なのでおすすめです

(手作りおかかふりかけ)

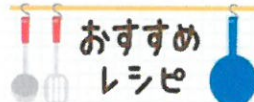
- ・糸削り10g
- ・しょうゆ小2
- ・みりん大1
- ・三温糖大1
- ・胡麻 適

作り方は全部混ぜてフライパンで炒るだけです！



食育だより

愛の泉保育園 栄養士 上地陽子



おすすめ
レシピ

秋の味覚
ホクホクでおいしい！
(さつま芋御飯)

さつま芋をカットしてお米と一緒に炊き込むだけなので、とても簡単です。家族で秋の味覚を楽しんでくださいね！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(*^。^*)



11月の献立のポイント

- ・大根、白菜、きのこ、さつま芋、柿、梨やみかん等の秋の食材を取り入れています。
- ・実りの秋の収穫に感謝していただきます。
- ・千切りイリチーやクーブイリチー、ウムニーやちんぴん、サーターアンダギー等のうちなー料理も予定しています。
- ・活動量も多くなって、食べる量も増えてきているので、全体量を多くしています。