



あけましておめでとうございます。  
今年もよろしくお祈りします。

# 2020年 1月 保健だより

愛の泉保育園 看護師・高志武紀子

## 家庭でできるインフルエンザ予防法

### ノロウイルスに要注意

ノロウイルス(感染性胃腸炎)が流行する時期です。園では感染を防ぐために職員も下記のように予防に取り組んでいます。

- 予防対策①手洗い・うがい・マスク  
②ハセツパー水(次亜水)で室内消毒  
③換気  
④部屋の温湿度調整(温度18℃・湿度50%)

1月11日(土)のもちつき会では、異年齢保育になります。もちつき会を楽しく過ごせる為にも、職員・保護者の皆様で感染予防に努めていきましょう。

- 登園基準:①下痢や嘔吐がない。  
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。

※感染症発生期間中、下痢や嘔吐などがみられ、感染性腸炎が疑われる場合はお迎えの連絡を入れています。感染拡大予防のためご理解・ご協力よろしくお願いします。

### 12月の疾病状況

- ・発熱・・・15人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)
- ・インフルエンザA型・・・きりん組(1人)



**手洗い・うがい  
マスク**

**室内の温度・湿度を  
チェック**  
室温16~18℃、  
湿度50~60%が目安  
(70%以上はダニ・カビ発生  
しやすくなるので要注意。)

免疫力アップのために  
きのこ類を多くとりましょう  
みそ汁にして取り入れる  
と体も温まります。

## ぱんだ組のお食事の様子

\* 元気いっぱいぱんだ組さん！  
苦手なお野菜や料理も食べれる  
様になっています。お食事前  
のご挨拶や手洗い、お支度もひと  
りで出来る様になりました。  
大好きなピンクのエプロンを着て  
お当番活動も頑張ってお食事  
時間を楽しんでいます。



年末・年始の疲れた胃腸におすすめ **(かちゅー湯)**  
愛の泉保育園ではファイトスープ以外にも、味覚を育てる  
為に給食にかちゅー湯をとり入れています。  
かちゅー湯には、五味(甘味・塩味・うま味・酸味・苦味)の  
うま味を多く含み、子供達はかつお節の味と香りを感じ  
ています。また、幼児期の子供達に必要な栄養素も多く  
含み消化吸収も良く体調不良時にもおすすめです。  
幼児期に素材のおいしさを感じて味覚を育てる事で  
偏食も無くなり、五感も豊かに育つと思います！



## 食育だより

愛の泉保育園 栄養士 上地陽子



### 1月の献立のポイント

- ・大根、白菜、セロリ、ブロッコリー、葉野菜、りんご  
やみかん等 冬の食材を取り入れています。
- ・ミヌダル風・いかすみ汁・イナムドゥチ・田芋田楽  
等のウチナー料理をとり入れています。
- ・チーズタッカルビやカリフラワーのフリッターや  
お豆腐ブラウニー新メニューも予定しています。

### 1月の食行事

- ・7日は七草粥の日です。フーチパー入りの  
ウチナー風七草ジュシーを予定しています。
- ・11日はもちつき会です。
- ・今月は9日にぱんだ組さんとノア組さんが沖縄行事の  
カーサムーチを作ります。前日にカーサに包む練習を  
して当日は200個位作れるように頑張ります！



## 今月のレシピは 大人気！ 型抜クッキー

材料もシンプルで簡単です！絶対、失敗しません！休みの日にお子さんと  
一緒ご家庭でクッキングしてみてくださいね。とても喜ぶと思います！  
各フロアーに準備していま～す！ご自由にお取りください。

