



コロナとインフルエンザ



2020 12月

保健だより

愛の泉保育園 看護師:高志武紀子

今年とは違って新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが同時に発生する可能性があると懸念されています。病院でインフルエンザワクチン接種が始まっていますが、各病院でのワクチンの保有が少ないようです。早めに病院に連絡して接種するようにしましょう。ご家庭でも各自でできる健康管理に努めていきましょう。冬は乾燥する季節です。体を冷やさないよう心がけましょう。

予防

- 1、手洗い・うがい、マスクの着用
- 2、水分補給(20分に1回、少量ずつこまめに飲む)
(1日、1~1.5ℓ目安)
- 3、早寝・早起き・朝ごはん
- 4、不要不急の外出は避ける
- 5、発熱時は、家で安静にする(翌日は家庭保育)
- 6、インフルエンザ出席停止期間を守る
- 7、インフルエンザのワクチン接種は、13歳未満は2回接種です。2回目接種は3~4週間目にするとう�효あり。

お願い

- ①登園時**37.6度以上**は預かる事ができません。保育中、38℃以上で保護者の方にお迎えの連絡をしています。発熱した翌日(24時間)はお休みとなります。
- ②保育中**37.6~37.9℃**は風邪症状がある、普段と違って元気がない、食事を食べない、など気になる事がある時、ご家庭で経過観察をして頂きたいので、連絡をしますのにお迎えのご協力宜しくお願いします。

園長先生から、全園児に歯ブラシのプレゼントをして皆喜んでました♪

りす組; 9人/9人中
 ひよこ組; 19人/22人中
 ぱんだ組; 21人/22人中
 うさぎ組; 18人/22人中
 きりん組; 12人/22人中
 ひまわり組; 6人/11人中

むし歯なしの子
 85人/108人中
 おめでとうございます!
 メダルで表彰しました。

フッ化物13年目になります。歯の健康意識が高くなり、むし歯がある子が少なくなっています。保護者の方の歯への健康意識が高くなっているとカントリー歯科の仲村先生から激励の言葉を頂きました。

11月の疾病状況(11/2~11/27)

- ・発熱………16人(保護者へ連絡したケース)
- ・RSウイルス…ひよこ組(1人)、ぱんだ組(1人)
- ・ヘルパンギーナ…ひよこ組(1人)、溶連菌感染症…ぱんだ組(1人)

12月の献立のポイント

- ・大根、白菜、葉野菜、さつまい、りんご、みかん
この時期に美味しいお野菜・果物を取り入れています。
- ・カレーうどんや鮭のグラタン、ホワイトシチューやラーメン、煮物や体を温める汁物、美味しい冬メニューを取り入れています。
- ・21日は冬至です。昼が短く夜が長い日です。これから寒くなる冬に向けて栄養を蓄えるメニュー。冬至ジュース・南瓜のいとこ煮ゆず大根などを予定しています。
- ・24、25日はクリスマスメニューを予定しています。みんなでイエスの誕生をお祝いして楽しいクリスマスメニューをいただきます。



11月の人気メニュー

- * 鶏の味噌ソースかけ(鶏肉とじゃが芋を炒めて甘みソースをかける)
 - * からし菜イリチー(しらす干しをごま油で炒めて香ばしく仕上げました)
 - * 麩ム麩(不動の人気・車麩に甘味をつけてオーブンで焼きました)
- 意外なのはフーチバージュース、クファではなく柔らかいジュースみんなよくおかわりします! 簡単なのでお家でも作ってみてくださいね! 納豆味噌や小魚も毎回人気です。人気がなかったメニューはおからイリチー、マッシュポテトでした。改良してリベンジしたいです!



愛の泉保育園 栄養士 上地陽子

味覚を育てる

愛の泉保育園では子供たちの味覚を育てるために、ファイトスープ(キャベツ・玉葱・人参・南瓜・水のみ)無塩で野菜の甘味を感じたり、かちゅー湯でかつお節のうま味を感じています。園でのお食事はしっかりかつお節、昆布、煮干し等でダシをとって調味料を最小限にしています。幼児期は味覚を育てる大切な時期です。ダシをしっかりと素材の味を感じる事の出来る舌を育てたいですね! かつお節のシリシリ体験も予定しています~す

