



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。

2022年



保健だより

愛の泉保育園 看護師:高志武紀子

秋から冬へ季節が移行する時期の寒暖差は身体に与える影響は大きく、抵抗力が落ちやすい状態です。先月は、手足口病・ヘルペスウイルス・RSウイルス感染症、ヘルパンギーナが発生しました。

0歳～3歳児は抵抗力が弱く、特に体調不良の場合は、重症化するケースが出ています。感染症にかかった場合、又は保育園で流行が見られた場合はお子様の体調にあわせ無理のないようご家庭での家庭保育をお願いいたします。

🎵🎵🎵🎵🎵🎵 手足口病 🎵🎵🎵🎵🎵🎵

潜伏期間:3~5日

登園基準:解熱して1日以上経って、普段の食事ができる状態。全身状態が良い。

(体からウイルスが輩出されている期間は、口からは1週間から2週間ほどで、便からは3~5週間くらいと言われています。)

発疹:①赤みがある場合、赤みがひくまでお休み。

②水泡がある場合、かさぶたになるまでお休み。

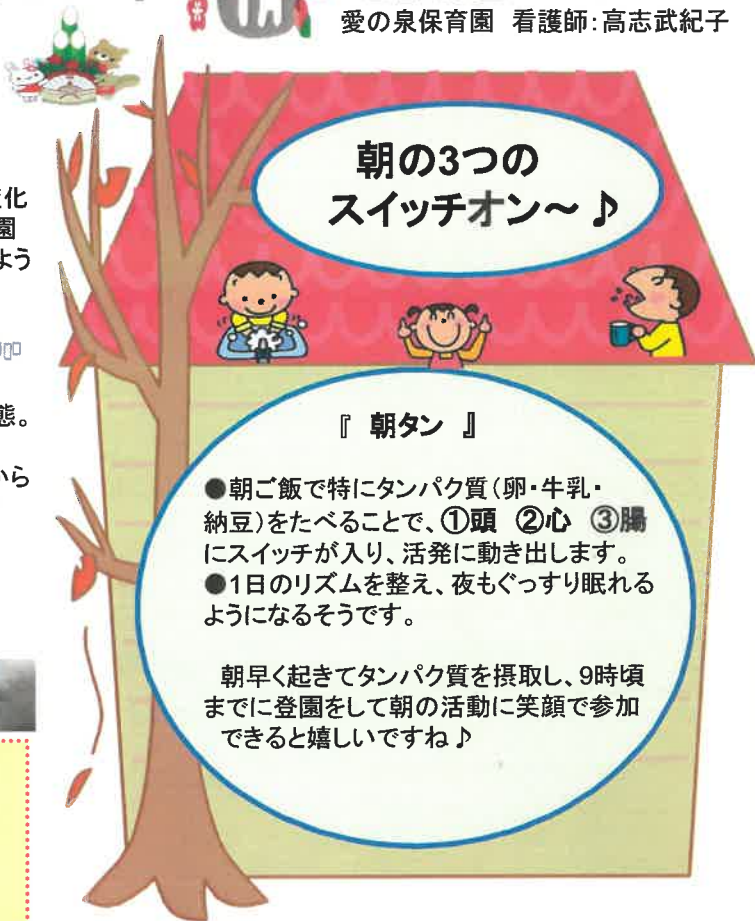
③発症して3~4日間は家庭保育をお願いします。

(まれな合併症、脳炎、髄膜炎、心筋炎があります。)



12月の疾病状況

- ・発熱・・・21人(登園後発熱し、保護者に連絡したケース)
- ・下痢・・・ひよこ組(1人)、ひよこ組(5人)、ぱんだ組(2人)
- ・ヘルパンギーナ・・・ひよこ組(1人)



朝の3つの スイッチオン~♪

『朝タン』

- 朝ご飯で特にタンパク質(卵・牛乳・納豆)をたべることで、①頭 ②心 ③腸にスイッチが入り、活発に動き出します。
- 1日のリズムを整え、夜もぐっすり眠れるようになるそうです。

朝早く起きてタンパク質を摂取し、9時頃までに登園をして朝の活動に笑顔で参加できると嬉しいですね♪



新年・あけましておめでとうございます
今年も子供たちの健やかな成長を
願い、美味しい給食作りを頑張ります
宜しくお願いします。

食育遊び(うさぎ組・3歳児クラス)

毎月19日は食育の日です。愛の泉保育園では19日前後に各クラスで食育遊びをしています。食べ物の歌をうたったり絵本を見たり、クイズ等をしています。

12月のうさぎ組さんは、食べ物の仲間分け、赤黄緑の食品の体の中での働きなど一緒にお勉強しました。オレンジ色の人参なのに緑の仲間?最初は意味が分かりませんでした。でも、うさぎ組さん興味津々、真剣な表情でお話をちゃんと聞いて理解しましたよ!すごいですね!
赤いトマトは緑の仲間・うどんは黄色卵は赤。バッチリです!ご家庭でも食べ物クイズしてみてくださいね!



12月の楽しい行事食の紹介 季節を感じるメニューがたくさんでした



クリスマスポンチ
ジンジャークッキー



冬至ジュシー
南瓜のいとこ煮
大根のゆず和え



バターライス
グリルチキン
ツリーポテト



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、葉野菜、春菊、島人参、りんご、みかん、いちご、田芋等この時期に美味しいお野菜・果物を取り入れています。
- ・スープカレーやおでん、魚汁、あんかけ、煮物等体を温める美味しい冬メニューを取り入れています
- ・7日は春の七草です、園ではうちな一風ジュシーにさせていただきます。消化の良い物を食べて年末年始に疲れた胃腸に少しお休みしてもらおう日です
- ・7日はりす組・ひよこ組はサンニンの葉っぱでムーチー遊び、ぱんだ組・ノア組はムーチー作りをおやつにいただきます。
- ・19日は愛の泉マルシェです。お店屋さんごっこをした後、ジョイジョイ畑で収穫したじゃが芋を使った料理を愛の泉カフェでランチします!楽しみですね!