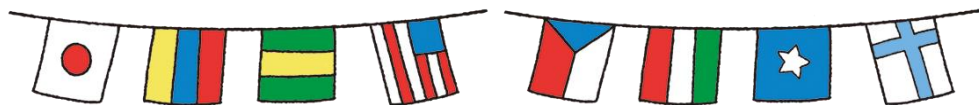


秋も深まり、子どもたちは散歩を楽しんでいます。公園で葉っぱやどんぐりを見つけ、秋の自然を体で感じているようです。先月30日は保育士体験を行いました。多くの保護者の方に参加していただき、行事の手伝いや食事の援助などを体験していただきました。「一日子どもたちと過ごすことで、園での様子がよくわかった」「先生と子どものかかわりを見るのが出来てとても安心した」などのご意見をいただきました。子どもたちの園での姿を見ることで、子どもの成長を感じ、友達との関わり方など知ることができます。これからも公開保育・園庭開放・親子体操・子育て講座などの行事がありますので、保護者の方もぜひ参加していただき、子育てに役立てていただければと思います。

園長 笹本 香



11月生まれのお友達

10月6日(日)に運動会が開催されました。子ども達は、お家の方がたくさん見に来てくれたことがとてもうれしかったようです。空に飛んでいく風船や、お家の方と一緒に食べたお弁当などたくさんの楽しい思い出ができました。温かい声援、ご協力ありがとうございました。



めろん組

こじま はるひくん 14日

いしづか あおいくん 25日

ほし組

むろほし けんさん 24日

そら組

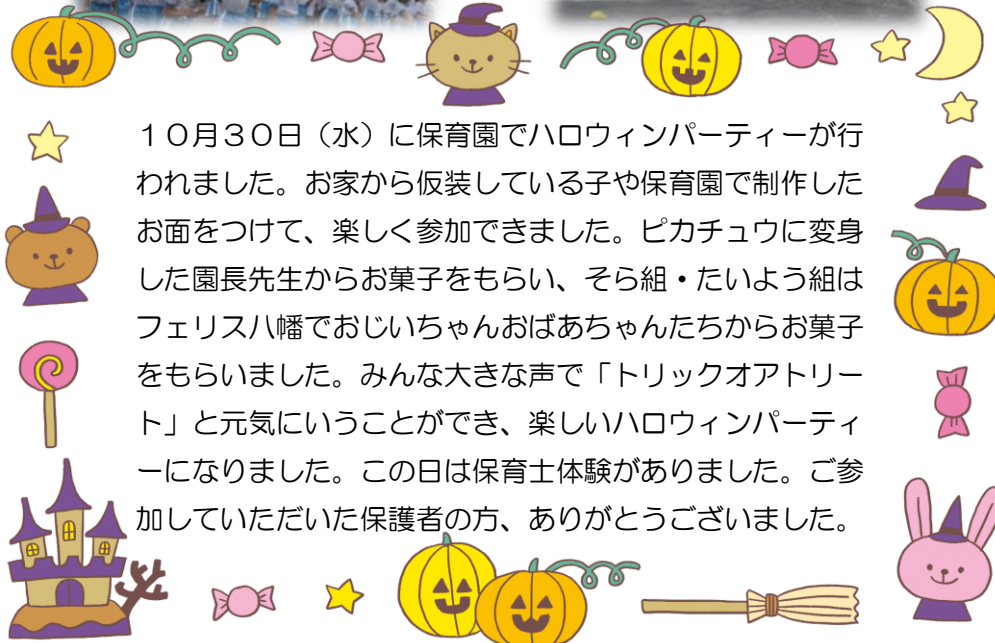
さとう こうさん 4日

たいよう組

くりはら ひなのさん 8日



10月30日(水)に保育園でハロウィンパーティーが行われました。お家から仮装している子や保育園で制作したお面をつけて、楽しく参加できました。ピカチュウに変身した園長先生からお菓子をもらい、そら組・たいよう組はフェリス八幡でおじいちゃんおばあちゃんたちからお菓子をもらいました。みんな大きな声で「トリックオアトリート」と元気にいうことができ、楽しいハロウィンパーティーになりました。この日は保育士体験がありました。ご参加していただいた保護者の方、ありがとうございました。



日付	曜日	行事等	持ち物	お知らせ
1日	金	英語指導		• 寒くなり、コートを着てくるご家庭も多いかと思えます。コートにも必ず名前を記入してください。
2日	土			
3日	日	文化の日		
4日	月	振替休日		• 門の開閉は、事故・故障防止のため、保護者の方が行ってください。お子様には、触らせないようにお願いします。
5日	火	保育部身体測定		
6日	水	さつまいもほり	おしほり(2~5歳児)	• 送迎時の駐輪について 送迎時に自転車を止める場合は、門の前に止めてください。駐車場に止めると車との接触事故につながります。(身障者マークの駐車場も同様です。)ご協力お願い致します。
7日	木	体操指導		
8日	金	英語指導 七五三詣り		
9日	土	園庭開放		• 長い髪のお子様は、なるべく髪を結んで登園してください。朝身だしなみを整えることは、子どもたちの生活習慣に繋がっていきます。
10日	日			
11日	月			↓
12日	火	交流給食(5歳児)	カッパ・長靴(5歳児)	
13日	水	避難訓練 音楽指導		
14日	木	体操指導		
15日	金	英語指導 体験学習(5歳児)	エプロン・三角巾・マスク (めろん・たいよう)	
16日	土	子育て講座(制作)		
17日	日			
18日	月			
19日	火			
20日	水			
21日	木	体操指導		
22日	金	英語指導		
23日	土			
24日	日			
25日	月	誕生日会	集金日	
26日	火	プチ体操教室		
27日	水			
28日	木	体操指導	集金日	
29日	金	英語指導 公開保育		
30日	土	避難訓練		



<12月の主な行事>

- | | | |
|------------------|------------------|------------|
| 2日 保育部身体測定 | 11日 音楽指導 | 25日 クリスマス会 |
| 5日 保育士体験 | 23日 誕生日会 | |
| 7日 子育て講座(就学について) | 24日 お餅つき会・プチ体操教室 | |



ほけんだより

11月の保健目標：手洗いうがいで風邪予防！



手洗い指導を行いました



いちご組からたいよう組までを対象に手洗い指導を行いました。いちご・めろん組は、しまじろうの手洗いの歌に合わせて歌いながら手を洗うことができました。

幼稚部の子ども達は、今回花王グループの指導者の方に来ていただき、映像を見ながら手洗いの必要性について学び、指導者からの質問にもしっかり答えられて、上手に手を洗うことができました。

保育園では10月も手足口病が流行っていました。全国的にマイコプラズマ肺炎が流行っていますが、これからインフルエンザ・ウイルス性胃腸炎なども、流行しやすい時期です。

正しい手洗い方法とタイミングで行い、しっかり予防できるように、ご家庭でもぜひ、お子さんと一緒に歌いながら取り組んでみてください。

★手洗いの歌：「あわあわ手あらいのうた」★



検索してみてください！



インフルエンザとかぜは何か違うの？

かぜは、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。突然の高熱が出たら病院で診てもらいましょう。

- インフルエンザとかぜは何か違うの？
- 進行が速い
 - 38.0℃以上の高熱
 - 寒気が強い
 - 激しい頭痛や筋肉痛
 - 咳がたくさん出る

インフルエンザ等の感染対策

インフルエンザ等流行る時期になってきました。うがい・手洗い・マスク・消毒・予防接種等を行い、バランスの良い食事、睡眠、運動、部屋の換気や湿度、適度な距離を保ちながら生活をしましょう。



給食だより



～ きのご割き (いちご組) ～

10月23日(水)にいちご組が「きのご」を割きました。今回のきのごは、「しめじ」です。

一人ひとりに配られると、大きなきのごに驚いたようです。初めは恐る恐る触れていましたが、だんだんとニコニコ楽しそうにきのごを割くことができました。

割いたきのごは、給食の「カレーライス」に入れて、おいしくいただきました。



～ さつまいも洗い ～

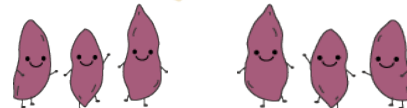
11月6日(水)にめろん組と幼稚部がさつまいも掘りを行います。そして、11月11日(月)に幼稚部で「さつまいも洗い」を行います。

みんなで頑張って掘ったさつまいもは、給食や午後おやつの時間においしくいただきます。

～ 体験クッキング ～

11月20日(水)にめろん・たいよう組が「きのご」を割きます。

15日(金)～19日(火)の間にエプロン・三角巾を持って来てください。めろん組は、マスクもお願いします。



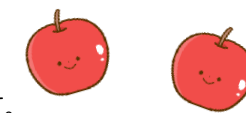
～ 季節の食べ物 ～

10月の給食目標
季節の食べ物を知ろう!!

食欲の秋です。秋には美味しい旬の食材がたくさんあります。今回は、さつまいもとりんごを紹介します。

さつまいも→芋類の中で最も食物繊維が含まれており、腸内環境を整えてくれます。

りんご→整腸作用や排便効果があり、血糖値の正常化にも効果でき、肥満予防に役立ちます。



※離乳時期は喉に詰まらない様、お子様に合わせて「すりおろす」又は、「角切り」等にしてから煮てあげてください。園では、完了期以上の子ども達がりんご(薄切り)を入れた、「りんごパンケーキ」や煮詰めたりんごを入れた、「りんごパイ」をおやつで食べています。



～ 11月24日は「和食の日」～

日本の秋は「実り」の季節であり、自然に感謝し、来年の五穀豊穡を祈る祭りなどの行事が、全国各地で盛んに行われる季節でもあります。日本の食文化にとって重要な時期である秋の日に、和食文化について認識を深め、その大切さを再認識するきっかけの日となっていくように願いを込めて、11月24日をいい日本食「和食の日」と制定しました。

和食の一汁三菜とは

日本人の主食であるご飯に、汁物と3つの葉(おかず)を組み合わせた献立です。
主食…エネルギー源である炭水化物を補給します。和食の場合はお米が基本です。
汁物…だしを味噌で調味した汁に、野菜や豆腐、魚介類などを具とした料理です。
三菜…主菜1品、副菜2品で構成されたおかずで、主食だけでは不足しがちな栄養素を補います。



【だしの種類】

昆布

昆布にはグルタミン酸という旨味が多く含まれ、消化を促進します。

鰹節

鰹にはイノシン酸という旨味が多く含まれ、体力を高め、血流をよくします。

煮干し

煮干しにはイノシン酸が多く含まれ、丈夫な骨や身体を作り、血液をきれいにします。

【嘔吐物が付着した時の洗濯方法】

<洗濯の仕方>

- ① 感染しないように、使い捨てビニール手袋・マスク・エプロンもしくは汚れてもいい服を着用する。
- ② 汚物をペーパー等(キッチンペーパー・古新聞等)で十分に取り除く。
- ③ 汚れた衣服の消毒(消毒方法参照)をしてから水で流し、汚物を処理した保護者の衣類と共に洗濯する。
- ④ 洗濯後、乾燥機にかけたりアイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。
- ⑤ 洗濯機は使用後に出来れば消毒する。消毒後、水を入れて洗濯槽を洗いすぎると良い。

<消毒の方法2種類>

★熱湯消毒の場合：85℃以上のお湯に1分以上浸す。

★家庭用塩素系漂白剤(キッチンハイターなど)の場合：水2Lにペットボトルキャップ2杯(10ml)に10分以上浸す。

*色落ちする場合がありますので、注意してください。

