

ゆりかご
キッチン&ほけん だより
 ~2017年4月号~
<http://m-wakakusa.net/>



栄養士 岡本明日香

◆お母さん・お父さんの安心・支えとなる食を◆

あちらこちらで菜の花が満開です。進級・入園おめでとうございます。今年度もキッチン一同、子ども達の確かな成長を支え、働くお母さん・お父さん方の安心と支えとなる給食作りに励みます。どうぞよろしくお願ひいたします。

また、食べることが好きで、食べているものに興味や関心をもてる子ども達に育てていけたらと思ひ、給食で食べた食材を使ったお話や、野菜の下処理等のお手伝いなどの食育活動も引き続き計画していきます。昨年度は、子ども達の目（で見る）耳（で話をさく）以外にも、鼻（で香りをかぐ）や手（でさわる、皮をむく等々やってみる）を使ったり、比べて見る、耳をすますといった、より子ども達自身が食材に働きかける内容作りを意識してきました。今年度も参加型の内容作りを工夫していきたいと思ひています。

◇今年度の誕生会は「世界の食事」です◇

子ども達の好きなメニューを中心にして、世界の国の食事を誕生会メニューとする計画です。4月は日本です。フランス・イタリア・スペイン・ドイツ・インド・中国・韓国等々毎月どこの国の料理になるか、お楽しみに！

◇“わかさカフェ”今年度も開きます◇

幼児クラス(さくら・ひかり・ぎんがぐみ)の誕生月の子ども達を、キッチン特製おやつを用意した“わかさカフェ”にご招待します！午後のおやつの時間に（献立表のおやつにかわり）特製おやつを食べ、その内容を各自のノートでお知らせしています。どうぞ誕生会とともに“わかさカフェ”の日程をおたよりの予定表で確認くださるようお願ひします。尚、誕生月に参加できなかった場合には、翌月以降に参加できます。

◆3月の食育から◆

「鱈」のお話では、出世魚である「サワラ」が名前をかえて成長していくことを実物大の写真を使って行いました。体長50cmに満たない“サゴシ”から“ヤナギ(ヤナギサワラ)”となり、さらに“サワラ”となり体長が約1m以上となるのですが、サワラがクルクル巻き物のように頭から姿を現して尻尾までのびていく様子にどこまで大きくなるの〜と、子ども達の歓声が上がりました。

本当は実物の“サワラ”を見せたいのですが、水温の上昇(温暖化の影響)で東北でもとれるようになっていくということでも大型のサワラとなるのは、まだ高級魚としてとても手に入れることはできません。子ども達(代表の子)とサワラで背比べをしてその大きさを実感してみました。子ども達には伝えませんでした。魚の中では珍しく尻尾に近い方が美味しいということです。園では、「幽庵焼き」他、「煮魚」等でもサワラを食べています。

◆4月の食育予定表◆ ※行事予定表には記入されていないので、下欄ご参照ください。

10	ひかり	じゃが芋洗い	21	幼児	「もやし」のお話
17	さくら	玉ねぎの皮むき	24	幼児	「ごぼう」のお話
18	幼児	「キャベツ」のお話	26	ぎんが	人参の皮むき



★ほけんよい★



看護師 高見久美子

新学期を迎えるにあたって

今年は2月下旬に進級に向けて早めに保育室を移動しました。分園からのお友だちは環境が変わることによって慣れるまでに時間がかかるのではないかと心配されましたが、場所見知りや人見知りをすることなく、早い時期に落ち着いて過ごしていました。朝、巡回で部屋のドアを開けて「おはようございます」と入っていくと、分園にいた時と同じように近くに寄って来て、笑顔で「おはよう」と挨拶してくれ、そして、帰りには「さようなら」と挨拶。ハイタッチをして元気に帰っていく姿を見ると、一年前はよく涙を流していた子どもたちとは思えないほどの成長を感じています。他のクラスのお友だちも今年は例年より早く落ち着いて過ごせているように思います。そして、体調を崩しているお友だちも殆どいなく、元気に過ごしています。

新入園児は4月からいよいよ初めての保育園生活がスタートしますね。新入園児のお友だちは徐々に保育時間を延ばしていけると生活のリズムがつきやすく、スムーズに慣れていけるでしょう。子どもにとって初めての環境での生活は多かれ少なかれ大変なものです。おうちに帰ったあとはゆっくり過ごし、お休みの日も不要な外出は控えて心と体をしっかり休めましょう。

登園前には健康観察を行って、少しでもいつもと違う様子がみられる場合には必ず声をかけてください。特にみるく・まんま組の小さいお友だちは朝の様子を詳しくお伝え願います。

子ども花粉症に注意

3月から目の痒み等の症状を訴える子どもが増えています。春のアレルギー症状であることが多く、つい目をこすってしまったり目の周りが赤く腫れてしまう子もいます。中には目に傷がついてしまうこともありますので、痒みや湿疹症状のあるお友だちは早めの受診をおすすめいたします。症状が5～6月まで続く人もいますので、気をつけましょう。また、手足がカサカサになっている子どももいます。皮膚が乾燥すると体の痒みが出て、皮膚を掻きこわしてしまうことも多くみられます。皮膚症状が悪化してとびひになることもありますので気をつけましょう。園では、ベビークリームやワセリンを使用しています。

《お願い》

- ①手・足の爪が伸びている子どもがいます。中には爪が剥がれかかっている子もいて、爪が伸びているとケガの原因にもなります。子どもの爪は直ぐに伸びてしまいますので、週末の休みには必ずチェックして爪切りをしましょう。
- ②幼児クラスのお友だちはハンカチを忘れないようにしましょう。持ってきたハンカチが汚れてしまったり、次の替えのハンカチがないお友だちも見かけます。寝る前にお子さんと一緒に準備するなど、意識付けができると良いですね。
- ③「体調不良時及び災害等緊急時連絡票」をご提出いただいておりますが、連絡が速やかに行えるように、外勤等で連絡先が異なる場合には口頭や連絡ノートでお知らせ願います。
- ④身体測定の日には髪の毛を頭のとっぺんで結ばずに、下で結んでいただけると助かります。
- ⑤予防接種を受けた場合には種類等おしらせください。（基本予防接種後当日の保育はできませんので、降園後あるいはお休みの日に接種をお願いします。）
- ⑥小児科や市の健診を受けましたら結果を連絡ノートなどでお知らせください。

今年度も朝の分園巡回を毎日行い、全園児の健康に留意をして安全に楽しく過ごせるよう配慮していきたいと思っております。本園看護師は高見の他、主任保育士の下野が看護師資格を持っているため、ケガや病気の対応を行うこともあります。

子ども達が自分の体や健康に興味を持って楽しく学べるよう、健康教育にも力を入れていきます。おたよりで子どもたちの様子などをお伝えしますので、おうちでもお子さんとお話してみてくださいね。今年度もよろしくお願いたします。