

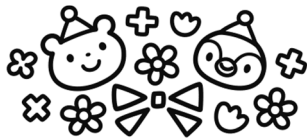
# エンジェルだより

令和 2 年 1 月 号



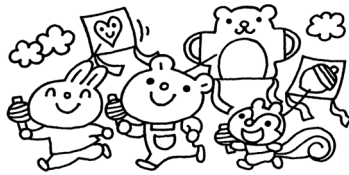
## 今月の予定

- 6日(月)~11日(土) 身体測定
- 10日(金) 避難訓練
- 16日(木) お弁当会、凧あげ
- 18日(土) 職員会議(午後)
- 23日(木) お誕生会
- 30日(木) 凧あげ



## 今月の歌

- たこのうた
- 12支のうた
- おふろやさん
- まめまき
- おにのおにいさんとかぞくのダンス

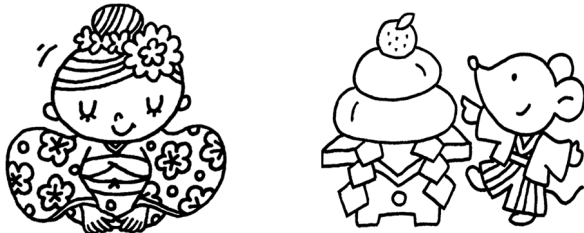


## 1月生まれのおともだち おたんじょうびおめでとう!

- 6さい
- 5さい
- 5さい
- 4さい
- 4さい
- 4さい
- 4さい
- 3さい

## 謹賀新年!

明けましておめでとうございます!  
今年も子ども達が元気で楽しい園生活を送れるよう職員一同、新たな気持ちで保育に励んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。



## 休み明けの生活リズム

お正月休みが終わり、生活リズムが崩れやすい時期です。早寝、早起き、朝ごはんを心掛け、健康的な生活を見直しましょう。生活リズムを整えることで、頭もすっきりし、1日を気持ちよく過ごすことができます。



## 月に一度はノーマティアテイを



12月に個人面談を行いました。すると現代社会の特徴であるテレビやスマホ、ゲームに子守をさせている家庭が多くあるという事がわかりました。

WHOではメディアガイドラインで2才まではテレビを見せない方がいいと言われています。テレビなどのメディアが子どもに与える多大な影響についてはこれから園だよりでシリーズ化して取り上げていきたいと思っております。

園ではテレビを置かずひとりひとりに向き合う関りをしています。まずは各家庭で電子映像メディアに接しないノーマティアテイを月に1日(できたら週に1日)設けて欲しいと思っております。目的は見ないことではなく、見ないようにするという自己コントロールできる子ども(大人)を目指すことです。

## 胃腸安めに七草粥

1月7日は、お正月で疲れた胃腸を休める日。お腹に優しい七草粥を食べるのが良いとされています。沖縄では旧暦の1月7日(ナンカヌスクー)に菜の雑炊(ナージュージー)を食べる風習があるそうです。

### ~春の七草~

- せり
- なずな
- ごぎょう
- はこべら
- ほとけのざ
- すずな(かぶ)
- すずしろ(だいこん)

### ~沖縄の七草~

- 高菜(シマナー)
- よもぎ(フーチバー)
- 大根の葉(デーケンバー)
- 不断草(ンスナバー)
- ねぎ(ヒラ)
- 水前寺菜(ハンダマ)
- 長命草(サクナ)

※ 沖縄ではなかなか手に入りにくいですが最近ではスーパー等でセットで売られていますね



## 冬の感染症



冬の感染症にはインフルエンザ、RSウイルス、犬吠様咳嗽(けんぱいようがいそう)と呼ばれる「ケンケン」と聞こえる特徴的な咳が出るクルーズ症候群、嘔吐下痢症状(感染症胃腸炎)、溶連菌感染症などがあります。重症化すると合併症を引き起こすこともありますので、早めに治療、安静を心掛けましょう。



○歯ブラシ・コップを持ち帰りしていますが、毎日洗浄し清潔に持たせるようお願いいたします。

○水筒も同じく毎日洗うようお願いいたします。

○登園時間を守りましょう。ひとりひとり遅れてくる遅刻の子の対応でカリキュラムのスタートができず、他の子の迷惑になっています。9時までに登園しましょうね。