



# 12月の園だより

令和2年12月1日

美しい紅葉から寒さが少しずつ増し、冬の足音がゆっくり近づいてきました。

先日の発表会は、色々な制限の中でご協力いただき無事終えることが出来ました。子ども達は緊張しながらも、あたたかい拍手のおかげで頑張ることが出来、達成感でいっぱいだったと思います。

これからの時期、嘔吐・下痢・発熱を引き起こすウイルスによる風邪も流行してきます。体調管理には十分気を付けましょう。

## インフルエンザにご注意を！

当園ではまだ罹患者は出ておりませんが、予防には十分気を付けて、疑いのある場合は病院で検査をして下さい。もし、インフルエンザに罹られた場合は学校保健法の規定に従って登園はお控え下さい。

詳細は「12月のほけんだより」に掲載しております。

## SAKURA COLUMN

♪子どもってすごい！♪

今回の発表会は、3部入れ替え制にし、それぞれのクラスのパフォーマンス時間に余裕が持てたこともあり、「クラスごとの持ち時間内であれば、どのように使ってもいいよ」ということで構成し、中身については子ども達に任せました。子ども達は、自分がやりたいことだけでなく、お友達のやりたい気持ちにも寄り添って、発表会の日を迎えました。私は総練習の日と当日の2回しか見ていませんが、それでも、彼らの生き生きとした笑顔を見て、これまでの日々の子どもの情景が目に浮かび、大変感動しました。中でも、劇中でうまくシューズがはけなかった子が、半分履けない状態で、すくくと自分の役に戻りパフォーマンスを続ける姿には、大人の予想をはるかに超えたところの成長を見せつけられた感じがして、衝撃的でした。「子どもってすごい！」を実感した一日でした。

保育料引き落としは12月15日(火)となっております

11月19日(火)に避難訓練を行いました。

## 《ご意見・ご要望》

11月は特にありませんでした。

## 【12月の行事予定】

月	火	水	木	金	土
	1	2	3 絵画指導(すみれ)	4	5
7	8 体育教室(月・雪) 英会話	9	10 絵画指導(月)	11	12
14	15 英会話(月)	16 誕生会	17 絵画指導(月)	18	19
21	22 体育教室(月・雪)	23	24 クリスマス会	25	26 1号冬休み (~1/10)
28	29	30	31		

今年の保育おさめ・・・12月28日(月曜日) 来年の保育はじめ・・・1月4日(月曜日)

## 【今後の予定】

・2月20日(土) 成長展  
あくまでも予定です。変更になる場合がございますのでその旨ご了承お願い致します。

・3月20日(祝) 卒園式

# 保護者の困り感

## ～子育ての悩み～



「子育ての悩みはありますか？」そんな質問をされたら、ほとんどの方が「悩みだらけ！！」とお答えになるでしょう。子育ては思い通りに行くものではありません。対話や触れ合い、そして何気ない生活の中に基本があります。子どものありのままを受け止め、見守っていききたいですね。

保育教諭が保護者の方からよく受ける相談や、育児についての悩みの中で一番多かったのが“食事”についてです。そこで、食事についてどのような事で悩まれているかご紹介し、対策を考えてみました。

### ～悩み①～ 好き嫌いが多い

嫌いな食べ物を無理に食べさせることは、その食べ物を嫌いになる事はもちろん、食事自体が嫌になったり、その場所が嫌な思い出として記憶に残ることもあります。まずはその食べ物が嫌いであるという事実を受け止めてあげることが大切です。好き嫌いはそのうち減るだろうという、おおらかな気持ちで接してはどうでしょうか。嫌いなものにかわる食品はいくつかあります。それで栄養を取るというのも良いですね。

### ～悩み②～ 食が細

遊び食べ・食事中に立ったり歩いたりする理由として、テレビがついていたり、大人がスマホを見るなど、周りの環境が影響することがあります。

子どもは好奇心旺盛です。注意散漫にならなよう、食事に集中できる環境づくりが大切です。食事時間は20分～30分を目安にし、遊び始めた時点で切り上げてもいいかもしれませんね。

### ～悩み③～ 座って食べない・遊び食べをする

好き嫌いが多かったり、あまり食べてくれないという場合は、食べることを楽しめる工夫が大切です。子どもは、体格や運動量・遊び方によっても食べる量が変わってきます。食が細い場合は、少量にする・盛り付けを工夫するなどして、食べられた時は一緒に喜びましょう。

園での子ども達の食事は、お友だちとコミュニケーションを取りながら笑顔がたくさん見られます。

片づけや、手洗い、食事の準備をするなどの流れがあります。

また、子ども達との食事のマナーを話し合ってルールを決めています。

子どもの食事についての悩みは、どの家庭でも何かしらあるものです。焦らずに、子どもの成長に合わせて食事の楽しさを伝えていきたいですね。



早いもので、今年も後1ヵ月となりました。子どもたちにとっては、クリスマスにお正月にと楽しみがいっぱいですが、年末年始は外出や来客も多く、生活リズムも乱れがちです。また、感染症も流行る時期ですので、ご家庭でもお子さまの体調管理に十分な配慮をお願いします。

## 新型コロナとインフルエンザの症状はよく似ている

症状	新型コロナ 軽症～重症まで 幅広い 季節性は不明	かぜ 緩徐に発症 年中みられる だらだら続く	インフルエンザ 突然の発症 冬に多い 通常5～7日で軽快
発熱	平熱～高熱	平熱～微熱	高熱
咳	◎	◎	◎
咽頭痛	○	◎	◎
息切れ	○	×	×
だるさ	○	○	◎
関節痛 筋肉痛	○	×	◎
頭痛	○	◎	◎
鼻水	△	◎	○
下痢	△	×	○ 特に小児で多い
くしゃみ	×	◎	×

息切れ、嗅覚・味覚障害という症状は新型コロナに特徴的と言えますが、必ずみられる症状というわけではないため、症状だけでこの2つの感染症を区別することは実際には難しいことが多いです。

コロナもインフルも基本的な対策は同じです。



感染症専門医/忽那賢志

## インフルエンザ出席停止期間



発症したら…  
発症した次の日から5日、かつ、解熱後3日を経過して、登園可能となります。

# 感染症の対策をしよう

## 手洗い

帰宅後、トイレの後、食事前には、石けんで洗います。



## うがい

帰宅後や、食事の前などにうがいをします。



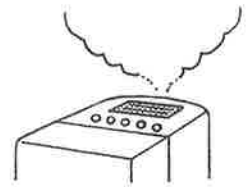
## 換気

時間を決めて、こまめに換気をします。



## 加湿

室内が乾燥しないように加湿器などを使用します。



## 感染性胃腸炎が流行り始めています

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。



### 汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



## スキンケア



### ●入浴ポイント

毎日の入浴で体を清潔に保つことは大切ですが、洗浄力の強い石けんやボディソープで洗うと、かえって肌を乾燥させます。洗浄力がゆるやかで刺激の弱い物を少量、よく泡立ててから使いましょう。肌が乾燥気味の際は、タオルを使わず、手で優しく洗う程度で十分です。また、保湿成分を含む入浴剤を使用するのも効果的です。かゆみ強い時は、ぬるめの湯温で入浴しましょう。

### 乾燥対策のポイント

湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まると言われています。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで、室内の湿度調節を行い、衣類は通気性がよい物を選びましょう。特に乳児は、冬場だけでなく一年を通したスキンケアが欠かせません。医師や薬剤師に相談して、子どもの肌質や年齢に合った保湿剤を見つけておくのもよいでしょう。