



令和4年1月1日
日の出保育園

今月の目標

『友達と色々な遊びを経験したり、
自己表現の喜びを味わう』

あけましておめでとうございます

新年おめでとうございます。御家族お揃いで、元気に新年をスタートされたことでしょう。

保育園では今年も『一人ひとりが楽しく元気に、よく食べ、よく遊ぶ』ことで、自信と意欲を持って過ごせるよう保育していきます。

ご家庭でも『今年の目標』を話し合ってみたらいかがでしょう。お子さんの好奇心や発見と一緒に言葉で共感してあげることが、成長の大きな後押しになります。

健康第一で、何事にもLet'sトライ！本年もどうぞ宜しくお願いします。

防犯意識を高めましょう



12月に警察署の協力で不審者訓練をしました。園では「1人で行動しない」「知らない人についていけない」など防犯対策を伝えています。

「いかのおすし」の意味を知っていますか。

いか…行かない（知らない人について行かない）
の…乗らない（知らない人の車には乗らない）
お…大きな声で叫ぶ
す…すぐ逃げる
し…知らせる（何かあったらすぐ知らせる）

これは、子どものための防犯の標語です。「いかのつく約束ってなんだろう？」と会話をしながら覚えられるといいですね。



下記の日程で、保育実習生が入ります。

- 1/31(月)～2/16(水)…東京成徳短期大学
- 2/7(月)～2/21(月)…道灌山学園福祉専門学校
- 2/21(月)～2/26(土)…江戸川大学

※ 状況に応じて延期等の変更する場合があります。



お知らせ

- 来月予定していました個人面談は、コロナウイルス感染症が終息していない為、書面にて行わせて頂きます。
- また、クラスや子ども達の様子につきましては、園だよりやクラスだより、玄関掲示等でお伝えします。
- 保育園では、安心できる保育を提供するため、全職員がPCR検査を行い、陰性を確認しました。

1月の予定



7日(金) 初詣・七草

全園児で細田神社へお参りに行きます。

14日(金) 1月生まれのお誕生会

園児と保育士で楽しみます。

鏡開き

全園児でおいしいお汁粉を食べます。

18日(火) 避難訓練（火事、地震、初期消火）

19日(水) 乳児定期健康診断（園医：曾我先生来診）

お休みしないで、受診しましょう。

※ 状況に応じて延期等、変更もあります。

大きくなった会

日程：3月5日(土) 午前中

場所：3階保育室

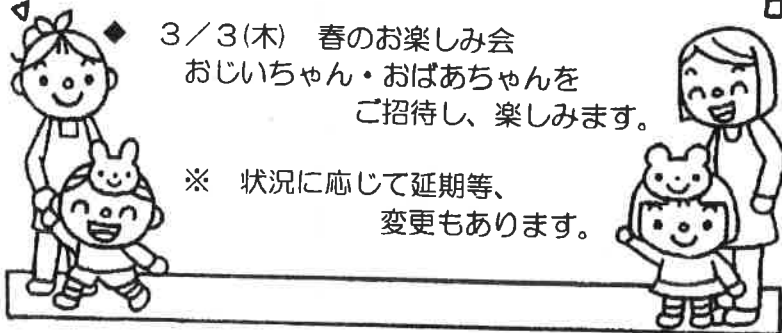
※ 時間等の詳細は、後日お知らせ致します。

◆ ビデオ・写真撮影（販売用）…日程調整中
プロのカメラマンが撮影し、後日販売致します。

◆ 3/3(木) 春のお楽しみ会

おじいちゃん・おばあちゃんをご招待し、楽しみます。

※ 状況に応じて延期等、変更もあります。



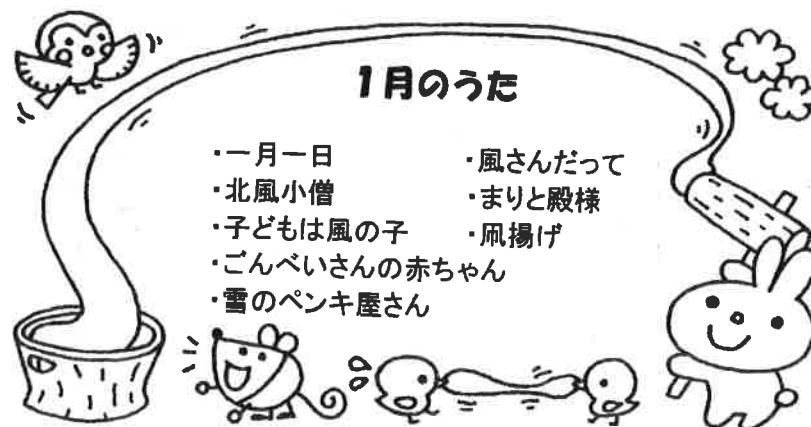
お正月遊び

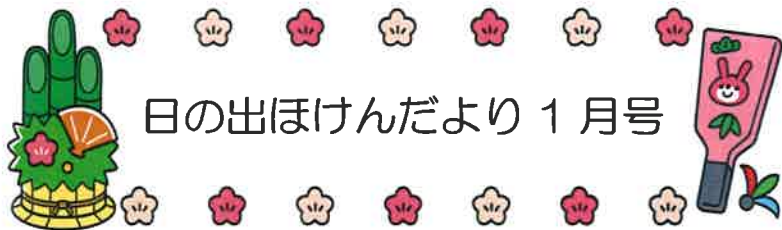
かるた、こま回し、凧揚げ、羽根つきなど、お正月遊びはとても意味のあるものです。何度も挑戦したり、たくさんの工夫しながら、遊びを通して文字や数に触れ興味を持つだけでなく、集中力も養い、技術を学んだりしていきます。そして何より、どの遊びも友達や家族と関わってこそ楽しめるもの。

お正月は過ぎましたが、今しばらく家族で楽しんでみませんか？

1月のうた

- 一月一日
- 北風小僧
- 子どもは風の子
- ごんべいさんの赤ちゃん
- 雪のペンキ屋さん
- 風さんだつて
- まりと殿様
- 凧揚げ





日の出ほけんだより 1月号

あけましておめでとうございます。新しい年がスタートしました。
冬休みは楽しく過ごせましたか？つい不規則な生活をしたり、食べ過ぎたりしませんでしたか？毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。

令和4年1月4日

日の出保育園

気持ちを新たに健康管理に気をつけていきましょう。本年も宜しくお願いします。



健康な体作りが風邪の予防！

気温が下がり空気が乾燥してくると気をつけたい風邪。うがい・手洗いが風邪予防の基本です。また、規則正しい生活がウイルスを寄せ付けない強い体を作ります。皆さん、気をつけていきましょう。

風邪予防の6か条

- 手洗い、うがい
- 汗をかいたらすぐ着替える
- 早寝早起き
- 部屋の換気と加湿
- バランスのよい食事
- 人込み避ける

スキンケアについて



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じ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。

室温管理・換気

部屋の中を温め過ぎると、空気が乾燥し、具合の悪くなる子が出てきます。設定温度は18~20℃を目安に、なるべく足元を中心に温め、上半身は温め過ぎないようにしましょう。また、適宜換気を行い空気を入れ替えましょう。加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても、室内に洗濯物を干したり、コップ一杯の水を暖房器具の近くに置いたりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。

じょうずに鼻をかみましょう

まず、口から息を吸い込みます。ティッシュを広げ、鼻全体を包むように押さえましょう。

片方の鼻の穴を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみ過ぎないように気を付けましょう。

鼻をつまむように拭き取り、ティッシュはゴミ箱に捨てましょう

鼻水の色をみてみよう

透明

気温の変化によるものやかぜの初期症状の場合に見られます。鼻水は垂れたままにしていると肌荒れの原因になるので注意が必要です。

黄色から緑色

細菌に感染している可能性があり、緑色に近いほど症状が悪いので早めに病院へ行きましょう。また、透明の鼻水に比べてドロツトしているため、鼻の奥で溜まってしまふことがあります。その時は加湿などを行い、鼻水を出しやすくしましょう。