



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』



### 1月の予定

6日(金) 初詣・七草

全園児で細田神社へお参りに行きます。

11日(水) 1月生まれのお誕生会

園児と保育士で楽しめます。

鏡開き

全園児でおいしいお汁粉を食べます。

20日(金) 避難訓練 (火事、地震、初期消火)

24日(火) 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4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。

◆ 春のお楽しみ会 … 日程調整中  
おじいちゃん・おばあちゃんをご招待し、楽しめます。

※ 状況に応じて延期等、変更もあります。

### 新年あけましておめでとうございます

コロナは相変わらず終わりが見えず、皆さんの健康に十分配慮が必要です。

新年になると陽ざしが明るくなり、新春とはよく言ったものです。

新年のスタートが笑顔で迎えられたことが何よりです。

今年も園児の皆さんの笑顔あふれる毎日が送れますよう、職員一人ひとりが細やかな配慮と暖かな言葉かけにより保育してまいります。

どうぞ保護者の皆様『早寝・早起き・朝ごはん』の良い生活リズムで過ごせるよう、御協力をお願いします。

工夫しながら、行事を計画して参ります。

さあ、2023年元気にスタートしましょう。どうぞ宜しくお願い致します。



### 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。

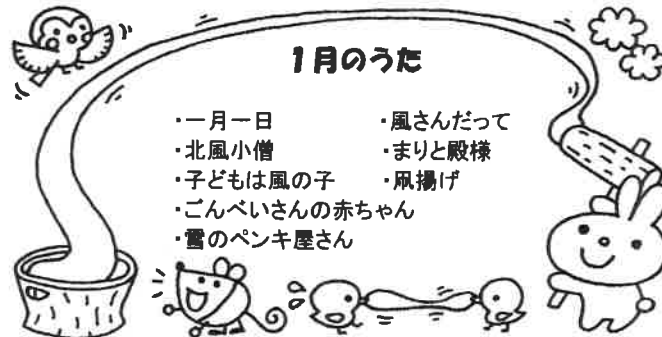
そして何より、どの遊びも友達や家族と関わってこそ楽しめるもの。

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？

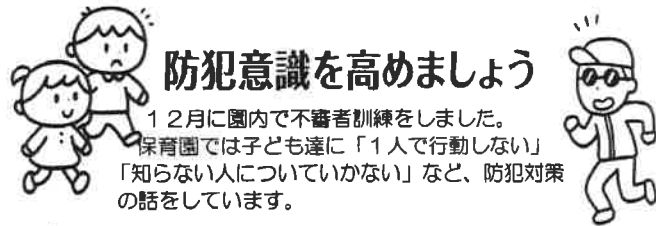


### 1月のうた

- ・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
- ・風さんだって
- ・まりと殿様
- ・凧揚げ



### 防犯意識を高めましょう



12月に園内で不審者訓練をしました。  
『保育園では子ども達に「1人で行動しない」「知らない人についていかない」など、防犯対策の話をしています。』

「いかのおすし」という防犯標語を知っていますか？

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？」と会話をしながら覚えられるとよいですね。



### ☆ 寝る前の刺激は少なめに ☆

夜、十分に寝る事が子どもの成長にとって、何より大切です。

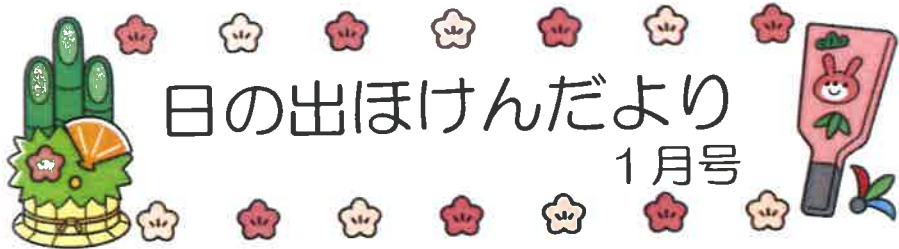
乳幼児期は夜中に目を覚ますことも多いですね。成長と共に夜中に起きる回数は減ってきますが、ぐっすり眠るためには配慮も必要です。

お風呂は寝る1時間前までに入る、寝る前には体を激しく使うような遊びをしない、音や光の刺激は控える、などです。

テレビなどは音も光も刺激が強いため、寝る直前までつけておくのは避けましょう。

また、睡眠中は手足が自由に動かせるように、布団を掛け過ぎないようにしましょう。





# 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。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？ 今年も元気に過ごすために、食事・運動・睡眠のバランスを大切にしていきたいでしょう。本年もよろしくお願いいたします。

令和5年1月4日  
日の出保育園

### 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



ウィルスがこもらないように換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう



### 嘔吐物の処理方法

嘔吐物は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。



#### 手順

- ①手袋（できればひじまで隠れるもの）をして捨ててもよい布や紙で拭き取ります。
- ②拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ③汚れた床は、消毒液（漂白剤等）などを薄めて拭きます。
- ④処理の後は十分な換気を行いましょう。

#### 嘔吐物の付いた衣類の洗い方

消毒液を薄めて、衣類を2時間程漬け置きした後、洗濯をします。他の衣類とは一緒に洗わないようにしましょう。



### 吐いた時は…

子どもは少しの刺激でも吐くことがあります。吐いた時は嘔吐物が気道に詰まって窒息しないよう、子どもの頭と体を横に向けて寝かせます。次に、口の周囲をきれいにし、嘔吐物の内容を確認します。受診する時に、しっかり伝えられるようにしましょう。その後、体温を測り、顔色や呼吸の状態などをチェックします。うがいができる年齢の子どもなら、うがいをさせ、衣服が汚れていたら取り替えてあげましょう。水分補給は吐き気が治まるまでは控え、子どもが水分を欲しがらるようなら、経口補水液を少量ずつ飲ませてみましょう。



### 冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節です。特に子どもは、肌のバリア機能が未熟のため、あれやすいです。日々のケアを心がけ、デリケートな肌を守りましょう。肌を傷つけないように爪も短く切り、角がないように整えてあげましょう。

外遊びや手洗い後、お風呂上がりには保湿クリームを塗る  
冬の寒風に地肌をさらさない

