



保健だより

平成 30 年 12 月号 (第 414 号)
発行 那覇市こどもみらい課 ☎ 098-861-6903

早いもので、今年も後 1 か月となりました。何かとあわただしい 12 月。生活リズムが崩れがちで、また、感染症も流行る時期です。子どもたちにとっては、クリスマスや冬休みとお楽しみがいっぱいの月ですね。家族みんなで元気に過ごせるよう、体調管理には十分気を配っていきましょう。

インフルエンザに注意!

咳やくしゃみなどによって感染し広がる病気で毎年多くの感染者が出ます。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、おう吐、咳、くしゃみ、のどの痛みなどの症状が見られます。放っておくと周りへの感染を広げるだけでなく合併症の危険も伴うので、インフルエンザの症状かなと思ったら医療機関で診てもらいましょう。

インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの違いは、ウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な処置ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、のどの痛み
発熱	急性(39~40℃)	徐々に上がる(37~38℃)
筋肉痛	全身(腰、関節など)	軽い
くしゃみ・鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4 か月	短期間
合併症	肺炎、気管支炎、 インフルエンザ脳症など	安静を守ればひどくならない

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう!

せっけんを泡立てて……

① てのひら ② 手の甲 ③ 指の間

④ 指先、つめ ⑤ 手首 ⑥ 洗い流す

チェック!
指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

乳幼児健診の予定 (12 月) ※健診会場は那覇市保健所です

◇乳児健診【対象：満 6 か月未満児、1 歳未満児】・・・12/9 (日)・16 (日)・23 (日)

◇1 歳 6 か月児健診【対象：1 歳 8 か月頃の児】・・・12/6 (木)・13 (木)・20 (木)

◇3 歳児健診【対象：3 歳 6 か月頃の児】・・・12/4 (火)・11 (火)・18 (火)

(3 歳児健診は目と耳の事前検査を忘れずに! 健診当日の順番が後回しになりますよ。)

※お問い合わせ先 那覇市地域保健課 ☎098-853-7962



平成30年度 第41号

いちごえ保育園 分園

098-996-5455

E-mail: Icigoe@woody.ocn.ne.jp

朝夕の心地よい風は、秋の訪れを感じますが、日中はまだまだ暑い沖縄です。そんな中、公園で落ち葉や松ぼっくりを拾ったり虫探しなど、自然に触れながら沖縄の短い秋を楽しみたいと思います。

そして、11月10日はいよいよ運動会！！楽しみながらも、練習を取り組んでいる子どもたち。

今年のテーマ【笑顔いっぱい 力いっぱい いちごえカップ Oh!!Year!!】のように笑顔あふれる運動会になるよう、応援をよろしくお願いします。



今月の目標

予定
せましよう。



職員研修

10月12日、研修に行ってきました。

【子どもの遊びと保育環境～自然との関わり・生命尊重】講師：照屋 健太氏

子どもが自然に興味を持つためには、大人が教える前に、子ども自身が体験する事。体験したことに大人が共感することで興味へと繋がる。そして、子どもたちが生きものに触れることで命を考えるきっかけになる。(捕ってきた生きものの飼育法を考える、虫の持ち方を実際体験して知るなど) 子どもたちは生きものに触れる中で、「自分が虫だったら…」と虫の気持ちになり、そこから命の尊さを感じる事が出来る。

今回の研修を通して、園のすぐそばには漫湖公園という自然にあふれた素敵な環境だと改めて思いました。これからもたくさん散歩に出かけ、子どもたちが自然に触れる中で、命について考えるきっかけとなるように保育をしていきたいと思ひます。

研修で学んだ事を、土曜日の園内研修にて職員間で情報共有をしています。ほかにも、【保育の現場の環境構成】【子どもの育ちと保育園の役割】【怒らない子育て～イライラはコントロールできる！～】など、計12件の研修報告を行い、学びを深めることができました。土曜保育へのご理解・ご協力ありがとうございます。



11月 おおきなあれ



すみれぐみ
平成30年度 第2号

青く澄んだ空と風が心地よさわやかな季節となりました。子どもたちはよく食べ・よく動き・よく遊んでいます。この時期は、気温の変化から体調を崩しやすくなるので健康で元気に過ごせるよう十分に気を付けていきたいと思っています。子どもたちは運動会の練習を楽しんでいます。朝食をしつかり食べべて十分な睡眠をとることを心がけて園生活を楽しく過ごしましょうね。

~~~~~ すみれぐみの子どもたち ~~~~~

ハハハ・あんよが上手になると日々の活動が活発になってきています。子どもたちは興味がある物に向かってまっしぐらです。少しずつ意思表示することも増え「あっあっ！」と手を伸ばして伝えてくれたり、「お片付けするよ～」と言えどあんよやハハハをしながらおもちゃを片づけてくれます。時には子ども同士でハハハやあんよでおいかけっこを楽しみお姿も見られ、クラクラ声をだし喜んでいきます。

お食事の前の「いただきます」「ごちそうさまでした」も上手になり、両手を合わせて“ぺこっ”と頭をさげて挨拶ができるようになってきました。

保育者に自分から声を出してほほえみかけたり、話しかけてくれたり、ほかの友だちに気づいたり、保育者との「ちよったい」遊びを楽しむなど、それぞれの育ちの中で人との心地よい関わりを楽しんでいます。日々の成長や出来事にいつも笑顔がこぼれてまいります。

うんどうかい

今月は大きな行事の運動会があり、普段の保育の中で日頃楽しみながら練習を進めています。「がんばれ～」の声掛けに「やってみよう」という気持ちが生まれ、一本橋を渡ったりハハハ板を登ったりと頑張っている子どもたち、一日一日様々な表情や成長が見られます。
運動会本番では、子どもたちのいろいろな表情や姿を是非楽しんでください。

絵本が大好きすみれっ子

絵本に興味を示してきました。お気に入りの絵本を見つけると手をパチパチたたき喜び、ソラでない時は床に寝そべってすねてみたりいろいろな仕草を見せてくれます。また、ワンプレーズを声にだしたり、指さしたりと楽しんでいきます。絵本を読んでもあげること、色んな言葉を聞かせてあげることができます。絵本を読んでもらった経験は、お子さんが大人になったとききっと楽しかった思い出として心に残るでしょう。絵本を通じてお子さんと一緒に楽しい時間を共有できるといいですね。

手づかみ食へのすすめ

手づかみ食へは、“目と手と口の協調運動”です。目で大きさを確かめ、手で硬さを知り、どのくらい力を加えるとつぶれるのかということも体験できます。園でも野菜スティックを手を持ち喜んで口に運び食べるといふ経験を楽しんでいきます。手づかみ食べが上達すると、スプーンやフォークが上手に使えるようになっていきます。



ちゅうりっぷだより

日に日に暑さがやわらぎ過ぎやすい季節になりました。何をするのも気持ち良く、お散歩や体育遊び、砂遊びなど、子ども達はのびのびと楽しんでいきます。ちゅうりっぷ組に進級して7か月が過ぎました。1つ1つできることが増え、成長を感じられるこの時期を保護者の皆様と共に喜び合っていきたいと思います。



楽しんでる散歩

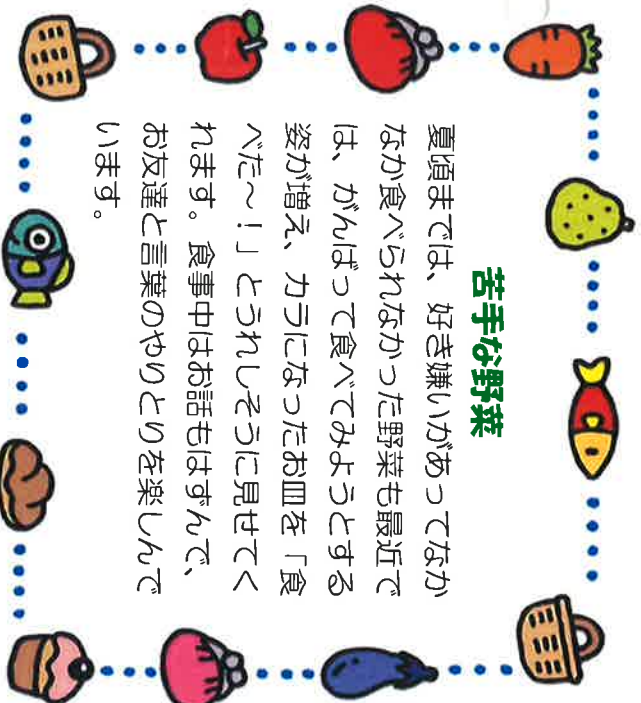
朝の散歩をしている時、子ども同士の会話。
「おさんぼたのしいね」「うん、たのしいね」
このごろ体力もついてきた子ども達、漫湖公園のグラウンドまで歩き、全力で遊んでも元気いっぱい。靴に砂が入って助けを求められる場面も。「せんせ〜い。足にお砂場が入っちゃった〜」

好きな絵本

絵本が好きな子ども達。午睡前の読み聞かせの他におやつ後、絵本コーナーに行って好きな絵本を選んで読んでいます。また、お話し上手になって1人1人、みんなの前でお休みの出来事、お弁当の中身など、お話しができるようになっていきます。

苦手な野菜

夏頃までは、好き嫌いがあってなかなか食べられなかった野菜も最近では、がんばって食べてみようとする姿が増え、カラになったお皿を「食べた〜!」とうれしそうに見せてくれます。食事中はお話もはずんで、お友達と言葉のやりとりを楽しんでいます。



もうすぐ運動会!

11月10日(土) 待ちに待った運動会です。今年のテーマは「笑顔いっぱい、かいつぱい、いちごえっかっ! Oh Yeah!!」です。ちゅうりっぷ組では、6月から運動会の練習を始め、円陣を組んで「エイエイオー!がんばるぞ〜!!」と楽しんで行っていました。今では円陣に、うまく入れなかったお友達に「ここあいてるよ〜!」と教えてあげる場面も見られるようになりました。体育遊びでは、ちよっぴり怖かった巧技台ジャンプが飛べるようになったり、ぎこちなかった前回りが、かっこよくできたり、ジグザグ走りができなくなったのができるようになったり、1つ1つの種目に自信が持てるようになってきました。見どころは、いちごえっかっUPにふさわしいサッカーゴールへのシュートです。当日は、かけっこやエイサーのちよんだらーにも出場します。ドキドキしちゃうけど、笑顔いっぱい、かいつぱい、がんばる子ども達にご声援よろしくお願いします。





さわやかな秋晴れの日が続いています。運動会に向けて練習を頑張っている子ども達。練習の合間には、散歩に出かけて動植物を見たり、室内では、ごっこ遊びがゲームでお母さん役や赤ちゃん役になりきって楽しんでいきます。また、本園の園庭へ行き、砂遊びを楽しんでいる子ども達。砂遊びは、五感を刺激する最高の遊び！！バケツに水を入れ友達と協力して運んだり、砂の中に埋まって砂の感触を感じたりと、思い思いに楽しんでいきます。

朝晩、涼しくなりましたが、子ども達は室内でもたくさん体を動かして汗をかいています。日中は、まだ半袖が過ごしやすいようです。登降園時に羽織り物で対応するなどし、半袖・長袖を上手に使い分け、体調管理にも気を配りたいですね。



運動会まであと少し！！運動会では、体育遊びや、初めてのリレー、そして、ひまわり組とのパルーンやエーサーがあります。中でも、体育遊びは、4月から遊びの中で鉄棒を取り入れ、子ども達が楽しんで取り組めるようになってきました。始めた頃は、足掛け回りができずにいた子ども達も、ご家庭でのお父さんお母さんのご協力のおかげで足掛け回りができるようになり、できたことで自信となりました。今では「もつとやりたーい！！」と、意欲を見せるほどになっています。当日は、元気いっぱい頑張る子ども達に大きな声援をお送りください。



♡♡♡ おもいやい ♡♡♡

- ・食事中、苦手なメニューに手が止まってしまった Y <h>.隣にいた K <h>が「○○○○がんばれ〜!!」と応援すると、周りの友達も応援し、クラス内で大合唱に。みんなの応援に励まされ、Y <h>は完食できました！！
- ・着替えの時、H <h>が上着が脱げずに困っている、袖の部分を捕まえてあげて、脱ぎやすくしてくれた R <h>.
- ・トイレの入りっぱがバラバラになっているのに気づき、ペアにして並べてくれた A <h>.
- ・小さなクラスの子におもちやを貸してくれた H <h>.
- ・小さなクラスの子のホッペに優しく触れ「かわいいな〜」と、R <h>.

まだまだ数えきれないほどの微笑ましいおもいやりの場面があります。保育園という小さな社会の中で、おもいやりの心が芽生えている子ども達です。見ている私も心がホッコリ温まります(*_*)

絵本が大好きゆり<み>！！毎日、午睡前に読み聞かせをしています。「この絵本見たいい!!」「もつと見たい!!」と、リクエストはいっぱいです。絵本は子ども達の心を豊かにします。おすすめの絵本はたくさんありますが、一番のおすすめは「お父さんお母さんが大好きな絵本」です。
子どもの頃に読んだ大好きな絵本を、ぜひお子さんに読み聞かせてあげてくださいね。



～子どもたちが好きな絵本～

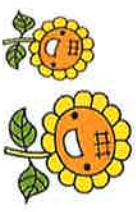
「くれよんのくろくろ」

絵本の内容と同じように、クレヨンで
花火を作りました。



他にも、台風の時期には、「ぞうくんのおかぜさんぼ」や、雨の日には、「くすのきだんちのあめのひ」、そして、十五夜が近づくと、「おつきさまってどんなあじ?」など、季節や行事にちなんだ絵本を読み聞かせています。ちなみに今は、運動会に関する絵本を喜んで見えますよ。

ひまわりだより



9月のデイキャンプを終えてから、少し自信がついてきた子どもたち。友だちとの関わりでトラベルが起きると、子どもたち同士で話し合おうとしたり、運動会の練習を取り組む中で友だちを応援したり、跳び箱やのぼり棒が出来た時にはみんな喜んでりと成長を感じる日々です。

ひまわり組も残り5か月となりました。これからも様々な事にチャレンジし、元気に笑顔いっぱい残りの園生活を過ごせるようにしたいと思います。



保育園最後の運動会！！

11月10日は、保育園最後の運動会です。外でのリハーサル後も、元気に歩いて帰園する子どもたちを見ていると、体力がすっかりついている事を実感しています。今年の運動会では、次の4種目を行います。

★エイサー（曲：ダイナミック琉球、唐船ボーイ）

憧れていた大太鼓を持つての演技!!子どもたちの顔つきも一段と成長たように感じています。

★体育あそび（手押し車、巧技台のぼり、跳び箱、平均台、鉄棒、フライング、のぼり棒）

跳び箱・鉄棒・のぼり棒とそれぞれ目標を持って、何度もチャレンジしている子どもたち。出来なかった子が、少しでも出来ると「やったー!!」と拍手をしたり、駆け寄ってハグをして一緒に喜ぶ子どもたちです♪

★リレー リレーの練習では、走順を話し合ったり、チームで円陣を組んで気合いを入れています。

★バレーン 3歳児と合同で行うバレーンでは、曲を聞き振りも覚えた子どもたち、「次はお山!!」「(お家の中から)出るよ〜!!」と声をかけたり、バレーンを引っ張ってリードする姿が見られます。

楽しみながら、目標を持って頑張っている子どもたち。跳び箱やのぼり棒など『出来るようになりたい!!』と何度もチャレンジする姿は頼もしく思います。そして今回の運動会ではそれぞれに“リーダー”という事で、何かしら役割をつけています。ぜひ家庭でも何のリーダーか聞いていただき、子どもたちが最後まで自信を持って頑張れるよう、応援をよろしくお願いします。



子どもたちの姿

★きょうはみんなでクワがいた!!

最近、子どもたちが好きな絵本【きょうはみんなでクワがいた】クワ狩りへ行くために、野原や川などを通していく物語です。漫湖公園へ散歩に行き、木々の間を歩いたり、刈った草の山を見つけると「きょうはみんなでクワがいた!捕まえるのはでかいやつ!」と物語のように楽しむ子どもたちです♪

★安室ちゃんフーム

歌が好きな子どもたち。最近には特に、安室ちゃんフームです♪みんな、HeroやNEVER ENDなどを歌っています。跳び箱もHeroを流し、気持ちを高めて跳んでいます!!

★どんな匂いかな??

お散歩前、玄関から外に出た子どもたち。「静かにして、どんな音が聞こえる??どんな匂いがある?」と聞くとき、「ゴミ収集車の音!」「鳥の声!」と感じたことを言葉にしていました。「お空のにおいがする!」と、素敵な感性も聞く事が出来ました♪