



フロールだより



2020

1月

あけましておめでとうございます。新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔がたくさん的一年になりますように★また、乾燥している季節なので、体調管理などに気を配りながら元気に過ごしていきたいと思えます。今年もどうぞよろしくお願い致します。

★1月の予定★

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	
			1 休園日	2 休園日	3 休日保育	4	
5 休園日	6	7 リトミック	8 身体測定週間			10 火災訓練	11
12 休園日	13 休園日	14 リトミック	15	16	17 お誕生日会	18	
19 休園日	20	21 リトミック	22	23	24 英語教室	25 休園日	
26 休日保育	27	28	29	30	31		

お知らせ

①インフルエンザの感染を 広げないために

利根沼田地域でもインフルエンザが流行しています。インフルエンザが発症した次の日から5日間、解熱した次の日から3日間は登園停止です。ご家庭でも、手洗い・うがい、体調の悪い時には早めに受診するなど、感染予防のご協力をお願い致します。

②雪遊びのご用意をお願いします

本格的に雪が降る季節になりました。雪が積もって晴れた日は、雪に触れて遊びたいと思います。スキーウェア、雪遊び用の手袋などのご用意をお願い致します。

今月の保育目標

- 気候や体調に留意し、寒い季節でも外気に触れて戸外遊びを楽しむ。
- 生活リズムを整え、感染症を予防しながら元気に過ごす。
- 正月遊びや雪遊びなど、この季節ならではの遊びを楽しむ。

今月の歌

♪コンコンクシャンのうた
♪ゆきのペンキやさん

今月の絵本

- ★「だるまさんの」
作：かがくい ひろし（ブロンズ社）
- ★「あけましておめでとう」
作：中川 ひろたか（童心社）

ほけん

気管支ぜんそく

★原因★

アレルギーの疾患の一つ。原因は風邪などによるのどの炎症、ハウスダスト、ダニ、気温や気圧の変化、ストレスなどがあります。

★症状★

咳が止まらなくなり、のどの奥からヒューヒュー、ゼーゼーという音が聞こえます。呼吸困難を起こすこともあります。

★対応★

発作が起こったら楽な姿勢をとらせ、水分補給をし、室内の乾燥を防ぎます。発作がおさまらない時はすぐに受診しましょう。

冬に負けない体を作ろう！！

乾燥している冬には、色々な病気が流行します。抵抗力と免疫力をつけて、病気になりにくい体を作りましょう。そのためには、ビタミンを含むトマト、キャベツ、りんごなどの野菜と果物を十分に摂ることが肝心です。これらは、喉や鼻の粘膜を強くすることで、風邪予防はもちろん、肌をつやつやにする効果もあります。元気な体で冬を乗り切りましょう。

乾燥注意！！

加湿器の使用や洗濯物を部屋干しなどして、室内の湿度調整を行い、衣類は通気性の良いものを選びましょう。また保湿剤を塗ったり乾燥対策をしましょう。

食育

もち

鏡もちは年神様へのお供え。おもちを丸くするのは魂をかたどるためであり、鏡は魂を象徴する神器です。大晦日に飾って、1月11日の鏡開きにはおもちを切らずに木づちなどで割り、ぜんざいやしるこを作って食べる習慣があります。あずきは食物繊維が多く体を温める働きもあり、体に優しい食材です。ですが、丸もち1個は茶碗1杯分のごはんに相当しますので食べすぎ注意です！！

のどに詰まらせないように・・・

1月はお餅を食べる機会が多い季節。おもちをのどに詰まらせる窒息事故には気を付けたいものです。おもちをひと口で食べられる大きさにしておく、食べる前に水や汁物を飲んで口の中やのどをぬらし、滑りをよくしておくなどの注意が必要です。おもちの表面の粘り気が強いと詰まりやすい為、きな粉をまぶしたり、汁につけたりして食べるのがベターです。

🍷 🎅 🌟 🧦 **クリスマス会** 🎅 🌳 🧦 🦌

12月20日はクリスマス会♪絵本や歌が大好きな子ども達なので発表は「どんないろがすき」と「おもちゃのチャチャチャ」を選びました。本番ではたくさんのおうちの方にびっくりしてしまった子や泣いてしまった子もいますが、頑張って発表できたかと思えます。「どんないろがすき」ではいろいろな色のクレヨンに変身して登場!!!「おもちゃのチャチャチャ」ではトイストーリーの衣装に着替え”TOY”に変身しました。みんな可愛かったですね♪最後はリンリンリン〜♪と鈴の音が聞こえ、ドアの向こうからみんなが会いたがっていたサンタさんがフロール保育園に遊びに来てくれました!プレゼントを貰い、記念写真も撮って楽しいクリスマス会になりました。ご家族の皆様、お忙しい中のご参加を本当にありがとうございました。



武尊荘のクリスマス会
 可愛いサンタになって武尊
 荘へ。おじいちゃんおば
 ちゃんに歌のプレゼント
 をしました。嬉しそうに
 頂きました♪



サンタさんとみんなでハイポーズ!!

