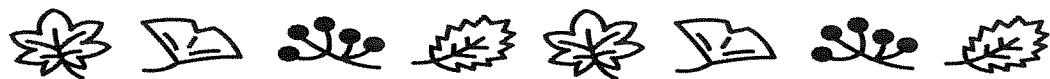




令和4年9月30日  
園長 長柄通子

各クラスで運動会の練習が始まっています。ダンスやかけっこ、玉入れ、サーキット、組体操・・・いずれの競技も子どもたちの成長を十分に感じていただける競技となっております。ご家庭でも運動会のことを話題にしていただき、子どもたちの気分を盛り上げていただければ幸いです。ご協力よろしくお願い致します。



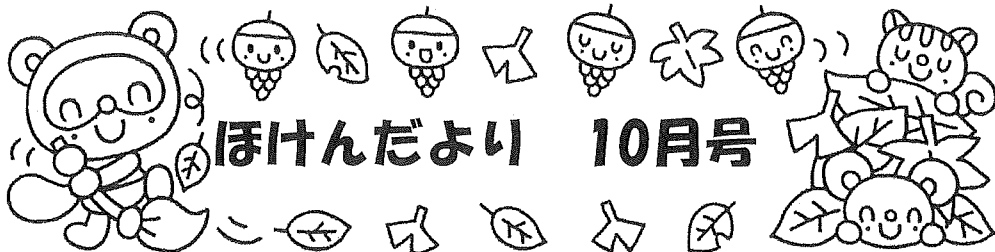
ゆらりん高輪保育園では、保育補助の職員が日々清掃、消毒に力を注いで、感染予防、拡大を防ぐために尽力しています。「縁の下の力持ち」が子どもたちを感染症から守るために園全体を支えてくれています。子どもたちからも「いつもありがとうございます」と声が掛かります。これからも縁の下ではなく、園の中心に立って保育園を守っていきます。



### 今月の行事

- 6日(木) 避難訓練 7日(金) 1歳児クラス親子で運動会 10日(月) 祝日のため休園  
12日(水) 誕生会 14日(金) 緊急メールテスト配信 18日(木) 4・5歳児不審者訓練  
19日(水) 3~5歳児芋ほりごっこ 24日(月) 4・5歳児交通安全教室

保護者の皆様には、子どもたちが安全に園で過ごすことが出来るよう様々なお願いにご協力をいただきまして心から感謝申し上げます。最近、園内2階への階段の扉の錠の締め忘れが目立つようになりました。「開けたら、閉める」ということを徹底していただきますようお願い致します。また、登降園時、自転車をご利用の際は、必ず自転車から降りて、自転車を押しての通行にご協力お願い致します。



# ほけんだより 10月号

2022年9月30日

ゆらりん高輪保育園

看護師 徳田 絢美

昼間は汗ばむ日もありますが、朝夕はグッと冷え込むようになりました。布団も洋服も衣替えの季節です。この時期は気温差に身体がついていかず、かぜを引きやすいので体が冷えてしまわないようにきちんと肌着を着て、上着などで体温調節をしましょう。



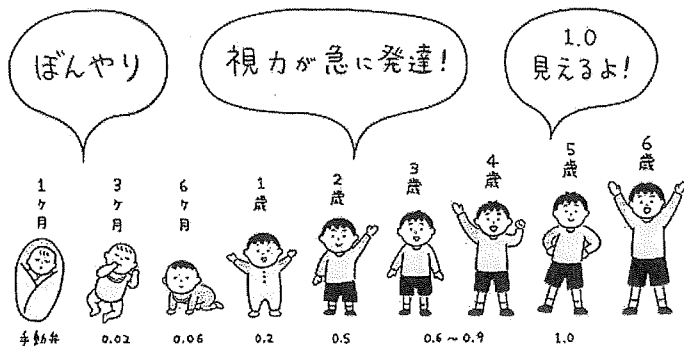
## 10月10日は目の愛護デー

10月10日の10を、右回転させると、眉毛と目のように見えることから、この日が目の愛護デーになりました。そこで今回は視力の成長についてお話しします。

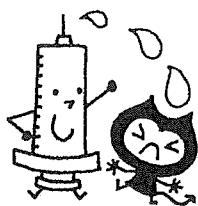
生まれたばかりの赤ちゃんの視力は、物の形がぼんやりと見える程度です。生後1ヶ月くらいには、目の前で手を振ると手の動きを認知できる「手動弁」と言われる程度の視力になります。3歳までに急激に視覚が発達し、視力は3歳で0.6~0.9くらいに。5歳で大人とほぼ同じ1.0以上となり、6~8歳の時期に完成します。

◎こんな症状がある時は注意！！

- ・テレビや絵本に近付いて見る
- ・明るい戸外でまぶしがる
- ・目を細めて見る
- ・上目遣いに物を見る
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする



※このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。



### インフルエンザの予防接種を うけましょう!!

10月1日からインフルエンザの予防接種が開始します。

乳幼児は2回接種する必要があるので早めに予防接種のスケジュールをたてましょう。予防接種後に発熱や蕁麻疹等の副反応が出現することがあるため、予防接種後の登園は控えてください。予防接種を実施したら担任または看護師にお伝えください。

アレルギーがある子は、予防接種でアレルギー症状を引き起こす恐れがありますので主治医と相談の上、接種するようにお願い致します。

### 保健行事予定

<健康診断>

- ◎0・1・2歳児： 3日(月) 14:30~
- ◎0・3・4歳児： 17日(月) 14:30~
- ※10月・11月にかけ全園児健診を行います。  
10月になりましたら、アンケートを配信させて頂きますのでご協力よろしくお願い致します。

<身体測定>

- ◎0歳児：7日(金) ◎1歳児：6日(木)
- ◎2歳児：5日(水) ◎3歳児：4日(火)
- ◎4・5歳児：3日(月)

<視力検査>

- ◎3・4・5歳児：11日~25日
- 期間中に順次行っていく予定です。実施次第、視力検査の結果をお知らせさせていただきます。

### 保健からのお願い

- ※10月より医療証が更新されています。  
ご自宅に届き次第保育園にコピーのご持参を  
よろしくお願い致します。



# 給食だより

2022年9月30日

栄養士 見須 諒

景色は少しずつ秋の色に変わり、過ごしやすい季節になりました。『食欲の秋』という言葉があり美味しいものが増える季節で、給食では旬の食材をたくさん使って提供しており、子どもたちの食の経験に繋がられるようにしています。ご家庭でも是非、季節の食材を取り入れてみてください。

## ～食事作りへの参加～

親子で食事作りをすることにより、家庭で食事に関する会話が生まれ、子どもたちは自然と食生活に関する知識や行動が身についていきます。それは『生きる力』として必要な経験になります。子どもの成長に合わせ、一緒にできることを楽しみながら行ってみましょう。

①献立作成：子どもと食事について会話しながら献立作成してみましょう。

「今日は何を食べようか？」 「今の季節は〇〇が美味しいよ」

②買い物：子どもと買い物を楽しみましょう。

「色々な色や形があるね」 「どっちが新鮮かな？」



③保存：保存は食材を最後まで無駄なく安全に扱う上で大切な作業です。

「袋で野菜を守ろうね」 「肉や魚は分けて保存しようね」

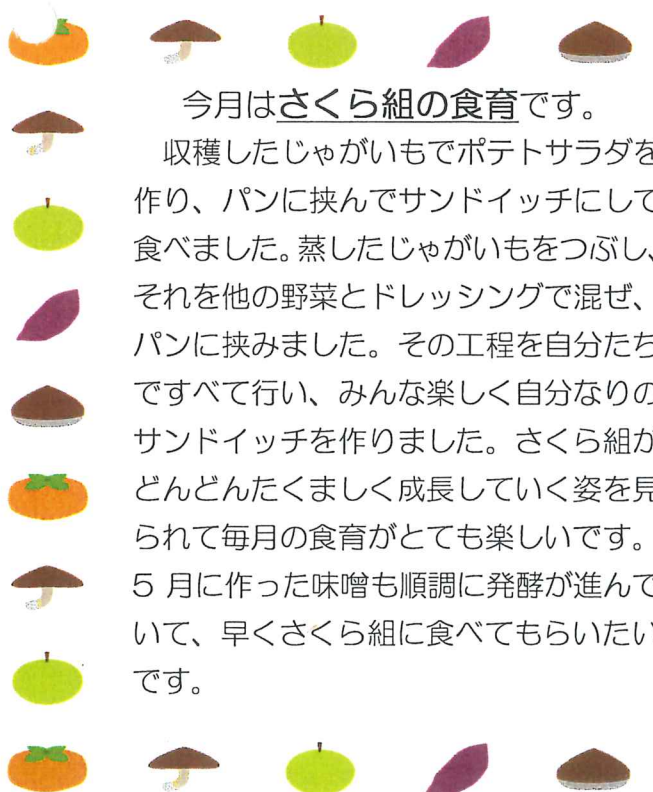
④調理：成長段階に合わせて出来ることをお手伝いしてもらいましょう。

洗う・ちぎる・皮を剥く 「美味しそうな香りがしてきたね」

⑤準備・後片づけ：一緒に準備・後片づけをしましょう。

テーブルを拭く・食器を片づける・食器を洗う



 <p>今月はさくら組の食育です。 収穫したじゃがいもでポテトサラダを作り、パンに挟んでサンドイッチにして食べました。蒸したじゃがいもをつぶし、それを他の野菜とドレッシングで混ぜ、パンに挟みました。その工程を自分たちですべて行い、みんな楽しく自分なりのサンドイッチを作りました。さくら組がどんどんたくましく成長していく姿を見られて毎月の食育がとても楽しいです。5月に作った味噌も順調に発酵が進んでいて、早くさくら組に食べてもらいたいです。</p>	<h3>食育予定</h3> <p>たんぼぼ 野菜に触れる ちゅうりっぷ キノコの栽培 ゆり クッキング (かぼちゃもち)・きのこの栽培 ひまわり クッキング (パリパリピザ)・きのこの栽培 さくら キノコの栽培と種類について</p>
---	--



10月