



# 認定こども園 みゆきだより

2020.10.30(金)

## 11月号

### 秋は自然の贈り物がいっぱい！わくわく秋まっしぐら！

昼夜の寒暖差もだんだんと大きくなり、肌を感じられる風も涼しさから冷たさに変わってきています。10月10日(土)の運動会では、保護者の皆様の深いご理解とご協力のもと、無事に終えることができました。改めて感謝申し上げます。最後まで応援いっぱいありがとうございました。また、保護者会役員の皆様には、全体練習から運動会本番もお手伝いいただき、スムーズに進行できたことを大変感謝しております。重ねてお礼を申し上げます。「今」の子どもたちの成長した姿をしっかりと心のアルバムのなかに残しておいてくださいね。

運動会が終わり、自信に満ちた表情の子どもたち。園庭では、「かけっこしよ」「うんていしよ」と友だちを誘い元気いっぱい運動会の余韻を楽しんでいます。

また、散歩の楽しい季節！園周辺を散策し沢山の秋を見つけて楽しんでいます。園に帰ってくると、「せんせい！葉っぱの色変わってきたよ！」「かきみつけたよ！」と見つけた秋を教えてください。

これから一段と寒くなる季節にも負けず、元気いっぱい外あそびを楽しんでいきたいと思ひます。



### ～各クラスの年間スローガンと11月の保育目標～

- めだかぐみ 「愛いっぱい！笑顔いっぱい！」
  - かんたんな身の回りのことを少しずつ自分でやってみようとする。
  - 気温や天候に応じて、衣服の調整をしながら、元気いっぱい身体を動かして楽しむ。
- ひよこぐみ 「やってみよう！はじめの一步」
  - 毎日の繰り返しのなかで、靴や帽子の片づけの習慣が身につく。
  - 楽器を使って、表現あそびを楽しむ。
- りすぐみ 「できるよろこび！じぶんだいすき！」
  - 身の回りのことに関心を持ち、自分でしようとする。
  - 保育者や友だちと一緒に集団あそびやごっこあそびを楽しむ。
- うさぎぐみ 「みんなでチャレンジ♪新しい一歩を踏み出そう！」
  - 簡単な身の回りのことが、おおかた自分でできるようになる。
  - 生活やあそびのなかで、自分の気持ちや相手の気持ちを伝え合う。
- くまぐみ 「仲間とともに 認め合い育ち合おう!!」
  - 活動時間や準備物など、生活に必要なことに気付き、進んで取り組む。
  - 友だちと意見を出し合い、試行錯誤しながらあそびを展開する。
  - 秋から冬にかけての生活の仕方や習慣を身に付ける。
- ぞうぐみ 「スクラム！～大きな夢を描こう～」
  - 一日の生活の流れがわかり、活動に見通しを持って行動する。
  - 友だちと互いの意見や考えを出し合う中で、目標を持ちあそびを進める。



※今後の行事に関しましては、その都度の状況をみながら検討し、開催の詳細などは改めてお伝えしていきます。

### <めだか組・ひよこ組の保育参観日 について>

・今回のめだか・ひよこ組の保育参観日では、これまで、取り組んできた運動あそびなどを中心に子どもたちの日頃の様子や成長を見てもらえる機会を持ちたいと思っています。子どもと楽しい時間を一緒にすごしましょう。

日時・クラス： 11月7日(土)10:00～10:45 は、めだか・ひよこ組の参観日です。

※りす組・うさぎ組・くま組・ぞう組 の秋の参観日は、ありません。

### <口座振替について>

・毎月20日頃請求書を発行いたします。振替日前日までに指定口座への入金をお願いします。指定の口座より、毎月27日に引き落としさせていただきます。※27日の曜日によっては振替日が変更になります。

※11月の口座振替日は、11月27日(金)です。26日(木)までには入金お願いいたします。

### <お布団の持ち帰り について>

・午睡布団は今月より、2週間おきに持ち帰りを予定しています。

(シラミ発生があった場合などは毎週の持ち帰りに変更となります。園でも気を付けてまいりますが、ご家庭でも引き続き確認お願いいたします。)

### < 御幸フェスタ (ぞう組) 参加 について>

・御幸学区の行事の中止が決定されているため、今年度は、残念ながらぞう組の御幸フェスタの参加はありません。

### < 注意して欲しい感染症 >

気温が下がり、空気も乾燥してきました。この時期心配なのは風邪の症状や感染症です。手洗い、うがいをしっかり行って、こまめな水分補給や栄養のある食事、十分な睡眠に留意しながら過ごしましょう。

これからの季節注意して欲しい感染症は、ノロウイルス感染症 ・溶連菌感染症 ・RS ウイルス ・インフルエンザです。お子様の体調の変化をいち早くキャッチし、早めの病院受診に心がけてください。感染症にかかった場合は、園にも知らせてください。登園につきましては、主治医の指示にしたがって下さい。

### <12月の行事予定>

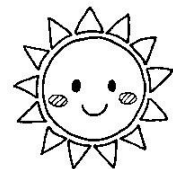
- ・12月2日(水) 交通安全教室(交通指導員 来園)
- ・12月11日(金) 移動図書館(ぞう組)
- ・12月23日(水) クリスマス会
- ・12月29日(火)～30日(水)・1月4日(月) 希望保育
- ・12月31日(木)～1月2日(土) 園休園日

※今後の行事に関しましては、その都度の状況をみながら検討し詳細などは改めてお伝えいたします。



てあらい・うがいを  
して  
げんきにすごそうね！

# おひさまだよ



2020.10.30  
認定こども園 みゆき

美しく色づいた草木や木の実が心をはすませてくれる季節です。子どもたちは外へ出て身体を動かしたり、散歩に出かけたり秋を満喫しています。足元に落ちているどんぐりに大喜びのこどもたちです。自然とのふれあいや給食の中に使われている食材を通して秋を感じる機会も増えてきています。

これから朝夕ぐっと冷え込む日が増えてきます。一日のうちの寒暖差が激しいと、風邪をひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、風に負けない丈夫な身体作りを心がけましょう。

## インフルエンザ予防接種のシーズンです

インフルエンザは、毎年のように世界中で流行を繰り返し、日本においても冬季を中心にたくさんの方が感染し、発病します。一般の風邪症候群とは違って、高熱・全身倦怠感・筋肉痛などつらい全身症状を伴います。乳幼児では合併症を起こして入院することも珍しくありません。

子どもや高齢者のいらっしゃるご家庭では本人だけでなく、家族も一緒に予防することが大切です。

### インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

#### 予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの睡眠も大切！



インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たたないと効果が現れないので、接種する方は、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。アレルギーのあるお子さんの場合は医師とよく相談してください。

## 正しいうがいの仕方を知ろう！

寒くなり、風邪をひきやすい季節になってきました。食事の前や外出先から帰った後などにうがいを行っていますか？風邪などの感染症を予防するためのうがいです。しかし誤った方法で続けてしまうと十分な効果を得ることはできません。正しいうがいをして元気に過ごせるようにしましょう。

### うがいの効果

風邪などの感染症予防や口臭を防ぐ効果があります。また、のどの痛みや腫れを和らげる効果もあります。

### 正しい手洗いの手順



☆手を洗ってからうがいをしよう！

①まずはブクブクうがい（口内洗浄）  
15秒程度すると効果的！



②次にガラガラとのどの奥を洗浄する。  
うがい薬を使用するとより効果的！

### うがいのNGポイント

- ・水うがいをしてもそのまま飲み込むこと…うがいで取り除いた細菌やウイルスを身体の中へ運んでしまいます。
- ・うがいをしすぎてしまうこと…うがいをしすぎると、正常な粘膜も洗い流してしまったりのどを痛めたりする原因になります。

## 11月の保健指導

11月18日(水)の保健指導は、  
「冬の感染症予防について知る」「うがいの仕方を知る」について行ないます。

10月の保健指導では、「目」について行いました。目は眉毛やまつげで守られていること、汚れた手で目を触るとばい菌が入ってしまうことなどを話しました。

## 11月の当番医

1日(日)	みつふじ小児科	084-953-0307	いわた耳鼻咽喉科クリニック	084-963-8733
3日(火)	庵谷内科循環器科	084-970-2022	米田耳鼻咽喉科クリニック	084-970-1030
8日(日)	木村小児科	084-943-7117	西町クリニック耳鼻咽喉科	084-927-3322
15日(日)	今福内科クリニック	084-927-1011	東川耳鼻咽喉科医院	084-923-3333
22日(日)	たかはし小児科	084-921-0026	平木耳鼻咽喉科医院	084-934-2798
23日(月)	大石病院	084-953-3215	竹内耳鼻咽喉科	084-940-4666
29日(日)	なかよし小児科	084-943-1774	岡本耳鼻咽喉科医院	084-961-0017

小児の休日・夜間の診療については福山夜間小児診療所(年中無休)084-922-4999で受け付けています。診療時間は19:00～23:00です。(受け付けは22時45分まで) 早めの受診を心がけ、できるだけかかりつけの病院を受診しましょう。