

Vol. 139

あのねレター

H28.11.1
なかよし保育園
子育て支援センター
事業推進委員会
Tel 086-253-0249
ホームページ
http://www.kids-nakayoshi.jp/
nakayoshi/

お月見会では、小麦粉粘土でお団子を作ったよ♪お母さんと一緒にコロコロ丸めて楽しかったね♪



赤ちゃんクラブでは、ふれあい遊びをしたり保健師さんから話を聞いたり、悩みを話しあったりしました♪

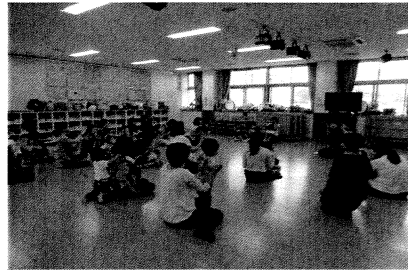


サロン
月～金曜日の10:00～16:00の好きな時間に来て子育て支援センターの部屋や、園庭で遊んでいただけます。

ランチタイム
月～金曜日の11:30～12:30
お母さんが作った弁当を友達やお母さんと一緒に食べましょう。

オープンスペースについて
午前中の時間に絵本の読み聞かせやペープサート劇などの出し物を行います。参加してみてくださいね。

リトミックでは、先生のピアノに合わせておうちの人と一緒に歩いたり巧技台をジャンプして小鳥さんに変身して体を動かして遊びました♪



予定の詳細について

ミニ運動会

日時：10月4日(火)
10時～11時30分
(時間厳守でお越し下さい)
場所：なかよし保育園 園庭
※予約をお願いします。(園へ連絡下さい)
※当日、欠席される方は園の方まで連絡をお願いします。
※動きやすい服装で来て下さい。
※水分補給・帽子を持ってきて下さい。
※駐車場の数には限りがありますので、できるだけ公共交通機関や徒歩、自転車でお越しください。
たくさんおご参加をお待ちしております。

離乳食講座

日時：10月6日(木)
13時30分～14時30分
(時間厳守でお越しください)
場所：なかよし保育園 子育て支援室
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル
要予約：定員8名
※定員になり次第締め切りとなりますので、ご了承ください。

公園で遊ぼう

日時：10月17日(月) 10時～ 雨天中止
(時間厳守でお越し下さい)
場所：県総合グラウンド
※野球場側(西側駐車場)に現地集合、現地解散となります。
※人数把握の為、要予約となります。
※中止の時には9時にホームページにアップしますので、ご確認ください。
※欠席の場合は保育園まで連絡下さい。

収穫祭

日時：10月25日(火)
10時～11時30分
場所：なかよし保育園 子育て支援室
定員：15名
※オープンスペースにて行います。



『食中毒に気を付けよう!!』

少しずつ涼しい季節になってきましたが、みなさんいかがお過ごしですか。

先日8月26日付けで、岡山県に腸管出血性大腸菌感染症(O157等)の注意報が発令されました。食中毒と言えば、夏に流行する感染症だと思われる方も多いのではないのでしょうか。しかし、月ごとの事件数を比べてみると、夏場よりも冬場の方が多く状況があり、これからの時期もますます注意が必要です。

夏の食中毒は細菌による感染が主ですが、冬の食中毒はウイルスによる感染が圧倒的に多いです。食中毒予防の3原則は「つけない」「増やさない」「殺す」です。一番大切なことは、手洗いをしっかりとすることで、食品に細菌やウイルスを付けないことです。そして、食品を冷蔵・冷凍庫など温度の低い場所で保存することで、菌の繁殖を遅らせることができます。しかし、低温保存だけでは食中毒を予防することはできません。また、ウイルスはわずかに付着しただけで感染するため、熱湯・アルコール消毒や乾燥による「つけない」「殺す」対策で、しっかり感染を予防することが大切になります。細菌もウイルスも、腸管内で猛烈に繁殖するため、トイレ後の手洗いや排泄物処理の際には十分注意し、感染を広げないことが大切です。特に、子どもや高齢者は抵抗力が弱く、重症になる場合もあるので、注意が必要です。

ご家族皆さんの健康保持のためにも、食品の取り扱いや水回りの清潔環境を保てるよう、気を付けてください。また、感染源に負けないために、食事・睡眠・適度な運動で規則正しい生活を心掛け、強い身体を作っていきましょう。

中央保健センター 小川 真奈美

簡単!! おやつレシピ

『揚げじゃが団子』

【作り方】

【材料】 4～5人分
・じゃが芋…260g ・片栗粉…16g
・ネギ …12g ・塩 …小さじ1
・揚げ油 …適量

- ①じゃが芋を茹で、熱いうちにつぶす。
- ②ネギは小口切りにする。
- ③①と②と塩、片栗粉を加えてこねる。
- ④一口大に丸め、キツネ色になるまで揚げる。
- ⑤ソース、マヨネーズ、ポン酢などお好みの調味料を添えて完成♪

< ほけんだより >

これから注意したい秋の感染症

過ごしやすい秋は感染症の入れ替わり時期です。日々の気温の変化も大きく夏の暑さによる疲れが残っていたりし、抵抗力が弱くなるためです。これから流行しやすい病気の特徴をしておきましょう。

○RSウイルス感染症

ひどい咳が続き「ヒューヒュー」「ゼイゼイ」した呼吸音が聞こえる。ほとんどの子どもが2歳までに一度は感染しますが、低年齢ほど重症化しやすく0、1歳では注意が必要です。

○気管支炎

乳幼児では「咳が続いているけど熱はないから」と油断しているうちに、のどから気管支にまで進んだ状態。熱が高くなり痰がゼロゼロという。また湿った咳が長く続く。

○溶連菌感染症

突然の発熱、咽頭炎、発疹が出現する。しっかり抗菌薬による治療を行わないと感染後数週間して「リウマチ熱」「糸球体腎炎」が起こる可能性があります。

○マイコプラズマ感染症

乳幼児には少ない病気ですが、小学生の兄弟がいる場合、家庭内で発症することがある。特長は、風邪症状がゆっくり進行し、特に咳は徐々に激しくなり長引きます。



♪11月の予定♪

◎赤ちゃんクラブ 定員：20名
11月17日(木) 10時～11時30分(時間厳守)

◎身体測定
11月22日(火) 10時～11時30分

※追加の行事や変更もあるかもしれないのでホームページなどで確認して下さいね。

※1ヶ月前より予約が可能です。支援センターの来園時や、センターの開園時間内に予約して下さい。また、定員になり次第締め切りの講座もありますので、ご了承ください。