



# ももやまだより

12月号 No.68

ぐ〜んと冷え込み、冬の訪れを感じるようになりました。今月は生活発表会やクリスマス会があります。桃山保育所にもサンタさんが来てくれるか、子どもたちもワクワクしているようです。

さて、12月18日(土)の生活発表会、保護者の皆様も楽しみにされていると思います。ご家族の皆様も一緒にご観覧頂きたいのですが、人数制限があり本当に申し訳なく思っております。早く何も気にする事なく行事が出来る事を願っています。

園長

## あかぐみ

気候の変化で鼻水や咳が出て体調を崩し欠席する子ども達でしたが、天気の良い日は散歩に出かけたり園庭で遊んだりして、秋の自然物を見たり触れたりを楽しんでいます。そんな中今年もあと1か月となりました。これまでの生活の中で日々たくさんの経験をし、友達への関心も深まり歌や音楽に合わせてみんなで体を動かしながら笑顔で楽しんでいる姿、そして大きく成長した姿を生活発表会で見て頂けたらと思います。とっても可愛いので、どうぞお楽しみに！



## ももぐみ

「自分でできるよ！」がますます増えてきたももぐみさん。外に出る時は自分で帽子を取って被り、靴も自分で出して履こうと頑張っています。今月から給食後の歯磨きも始まり、皆で椅子に座って一生懸命磨いています。仕上げ磨きも嫌がることなく、ぐちゅぐちゅペーが出来る子も増えてきました。発表会の練習では自分のマークの上に立ち、歌や踊りを頑張っています。本番は緊張してしまうかもしれませんが、みんなで楽しく表現したいと思います。

## きぐみ

発表会の練習が始まり、きぐみの子どもたちは保護者の方が見に来てくれるのを楽しみにがんばっています♪最近、しっぽ取りゲームを園庭で楽しみました。自分のしっぽを取られて悔しがる子や大笑いして喜ぶ子、走って保育者のしっぽを取り「やったー！」と嬉しそうにする様子などが見られました。発表会練習の合間にも思い切りあそびを楽しんでいきたいと思ひます。



## ★お願い★



フードがついている服は引っ掛かりや引っ張り合いによる危険を防止する為、ご遠慮ください。又、タイツも転倒する危険がある為ご遠慮ください。ご理解、ご協力を宜しくお願い致します。

## 12月行事予定

- 6日(月) 発表会予行練習①(9時登園)
- 13日(月) 発表会予行練習②(9時登園)
- 17日(金) 保育17時まで(準備の為)
- 18日(土) 生活発表会
- 24日(金) クリスマス会、誕生会



## 12月生まれのお友だち





# ほけんだより



今年も残すところ後ひと月となりました。朝晩ぐっと冷え込むようになってきたので、風をひかないよう睡眠をしっかり取り、バランスの良い食事をとるなど体調を整えましょう。

## インフルエンザと風邪の見分け方

	インフルエンザ	風邪
初期症状	全身症状が強い。 ○だるさや発熱 ○関節痛、筋肉痛 ○頭痛	呼吸器系の症状が強い。 ○くしゃみ、鼻水 ○のどの痛み ○咳
発症	急激に発症することが多い	ゆっくり経過することが多い。
発熱	38度以上のことが多い	高熱のこともあるが少ない
主な症状	○高熱 ○関節痛 ○全身のだるさ ○喉の痛み ○咳	○くしゃみ、鼻水、鼻づまり ○のどの痛み ○咳 ○発熱
流行	季節性がある	1年を通して見られる

## 冬の服装について

寒くなると、つい多めに着込みがちですが、子どもは体温が高く汗もかきやすいので大人より1枚少ない服装を心がけましょう。厚手の服を1枚着るより、素材の異なる薄手の服を2枚重ねる方が空気の層ができて温かくなり室温に合わせ脱ぎ着しやすくなります。屋外で着るジャンパーなどは袖口や首元がピツタリ閉じる物を選びましょう。



## 給食だより



朝夕の空気もすっかり冷え寒さの厳しい季節になってきました。気温差も激しく風邪を引きやすい時期ですが、からだの温まる食事で寒さを乗り切りましょう！今年も残すところ1か月となりました。子どもたちの為に日々美味しい給食作りに励みたいと思います。

## ☆冬野菜を食べよう☆

冬野菜にはからだを温める作用があると言われています。上手に旬の冬野菜をとり、体の中から温まりましょう。

### ☆今月の旬の食材☆

大根…ビタミンCが多く、消化酵素を含み胃の消化吸収を助けます。先端は繊維質が多く辛みが強く、真ん中は甘く、葉に近い部分は辛みが弱く固いという性質を料理によって使い分けてみましょう。

### ♪冬至って何？

毎年12月22日頃を『冬至(とうじ)』と言います。

1年の中で一番昼の時間が短く、夜の時間が長い日です。

厄を払うために冬至にかぼちゃを食べてから、冬至風呂(柚子湯)に入って体を温め、無病息災を祈っていました。



※ 尚、献立内容、おやつについては食材入荷状況により変更する場合があります。

社会福祉法人 浩福会 桃山保育所  
〒763-0091 丸亀市川西町北 998-1  
☎：0877-35-7068 FAX：0877-35-7066