



2014年12月 あおぞら通信

湯沢市三梨町字古三梨155
TEL0183-42-3117
子育て支援室
TEL0183-42-5222



教えて、先生!



北風がほおに冷たく感じられる季節になりました。子どもたちは白い息を吐きながら元気に登園してきます。

11月のゆうぎ会は、大盛況のうちに終わる事ができました。これも保護者の皆様のご支援、ご協力の賜物と心から感謝いたしております。得意満面で晴れがましく又、キラキラと瞳を輝かせての演技に、大きな拍手!! ゆうぎ会後の子どもたちは、また一つ成長した姿を発揮しながら、毎日のように戸外遊び、ハサミを使い製作、粘土遊び、お化け屋敷を作ったりと、思い思いに好きな遊びを存分に楽しんでいます。

12月6日(土)は祖父母参観です。おじいちゃん、おばあちゃんのお越しをみんなでおまちしておりますので、どうぞいらして下さい。

年末にはご家族揃ってこたつを囲みながら、一年の締めくくりを家族みんなで振り返り、子どもの成長した姿をほめてあげて下さい。来年もどうぞよろしく願いいたします。



☆☆ 子育て支援室からのお知らせ ☆☆☆

12月のチャレンジタイムは「クリスマス楽しみ会」です。

☆12月25日(木) 午前10時~11時30分

☆会費・・・無料

☆内容・・・クリスマス会☆

サンタさんがやってくるよ!!

参加お待ちしております♡

お知らせとお願い

☆朝、夕寒くなり日によっては車寄せや駐車場が凍っている場合もあります。融雪剤等で対策をしていますがお子さんの送迎の際は十分気をつけてください。車の施錠も忘れずをお願いします。

子どもの夜更かしや睡眠不足にはどんな危険があるの?

「夜更かしの子どもは睡眠時間が少ない」という調査結果があります。睡眠不足では脳の機能も身体機能も、意欲も低下します。知的面にも影響します。子どもの行動に関する調査分析でも「規則正しく早く寝る」「朝早く起きる」ことが単に「睡眠時間が長い」ことよりも子どもの問題行動を減らす可能性が高いことがわかりました。また、朝の光を浴びず歩行などのリズムカルな運動が減ると、セロトニンの働きも高まりません。さらに運動量の低下による運動不足は肥満につながり、生活習慣病にかかる危険を高めます。小児期に活動量が少ないと慢性的な疲労症候群になる危険性が高まるとも言われています。

このように夜更かし、朝寝坊は子どもの心と体に悪影響ばかりだということが、さまざまな研究結果からわかっています。幼稚園や保育園でも、朝からボーッとしている、イライラしている、ぐずるなど気になる様子の子どもがいるようです。お子さんの様子が気になったら、生活リズムを見直してください。

神山 潤先生
東京ベイ浦安市川医療センター
センター長 小児科医



☆12月の行事予定☆

2日(火)	幼保小交流発表会(年長児参加)
3日(水)	交通安全教室・体重測定
4日(木)	体重測定
6日(土)	祖父母参観
9日(火)	防犯訓練
10日(水)	もちつき大会(JA主催)年少児以上参加
12日(金)	♡ふれあい&誕生会♡
16日(火)	避難訓練
18日(木)	☆クリスマス楽しみ会☆
25日(木)	チャレンジタイム(支援室・クリスマス会☆)
26日(金)	年末大掃除
31日(水)	午前保育(11時30分閉園)給食ありません

ご飯はいりません♡

11/12(水)大根いっぱいだったよ!!

今年も、小野寺甚二さんの畑で大根掘りをさせてもらいました。“子どもは風の子”とはいいますが、風が強い中でもなんのその!! なかなか手強い大根でしたが、みんなで力を合わせて抜きました! 持ち帰った大根はお家でどんな料理に変身したのかな~?

12/10JA主催のもちつき大会

子どもたちに、日本古来の行事を体験してほしく、もちつきを行います。ホールには「よいしょ!」の大きなかけ声とともに蒸かしたもち米がおもちに変わっていく様子に喜びながら、もちつきを楽しみたいと思います。今年もあんこ、いそべ、すましもち♡

子どもが吐いたら……

ここを確認!

- おなかを痛がったり、下痢をしていないか?
- 食べすぎや飲みすぎはなかったか?
- 吐く前に食べたものは何だったか?
- 吐く前に頭やおなかを打っていないか?
- 熱はないか?

吐いた後ぐったりしている、機嫌が悪いなど、様子によっては急いで受診しましょう!

何度も吐き続けるときは……

- 食べ物や飲み物を与えず、安静にする
- 吐いたものが気管に入らないように、上体を起こすが、顔を横に向けて寝かせる

吐き気が治まったら……

- さゆや麦茶、野菜スープなどを、ひと口ずつゆっくり飲ませる



☆11/8ゆうぎ会がんばったね☆

11がつ生まれのおともだち♡おめでとう!!