



# 認定こども園 みゆきだより

## 2月号

### さむい冬も 笑顔いっぱい 元気にのりきぞ！

2月は立春を迎え、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続いています。寒い朝は、お布団の温もりが恋しい時期でもあります。「布団から出たくなーい」とおねぼうさんはいませんか？布団から飛び起き顔を洗い、もりもり朝ごはんを食べて元気に一日の活動をスタートさせたいですね。

園内では、発表会の練習に励む子どもたちの元気な歌声や舞台練習の音が響きわたっています。子どもたちの一生懸命取り組む姿が園内をあったかくしてくれています。子どもたちの成長を楽しみにしていただきたいと思います。

これからの時期もまだまだ、インフルエンザやアデノウイルスなどの感染症が流行する頃でもあります。丈夫な体作り、環境づくりに心がけ、子どもたちとも手洗い、うがいをしっかり行い、予防に気を配りながら寒い冬を元気に乗り切りたいと思います。体調の変化に気が付かれた際は、早めに医療機関の受診をお願いいたします

#### ～各クラスの年間スローガンと2月の保育目標～

##### ●めだかくみ 「愛 いっぱい ～すこやかに のびのびと～」

- 保育者の言葉がけから、身の回りのことをやってみようとする。
- 寒い日の部屋あそびで、簡単な仕草や言葉でのやり取りを楽しむ。

##### ●ひよこぐみ 「うれしい！たのしい！友だちだいずき♪」

- 手伝いなど、身の回りのことを自分からしようとする。
- 指先を使ったあそびや簡単な言葉のやりとりあそびを楽しむ。

##### ●りすぐみ 「Let's チャレンジ！ひとりでできるもん！」

- 活動の中で、約束や順番を守る大切さを知る。
- 発表会の取り組みで、さまざまな表現あそびを楽しむ。

##### ●うさぎぐみ 「ふみだそう 大きな一歩」

- 姿勢を正してこぼれないように、食事マナーを意識する。
- 友だちとイメージを膨らませ、役になりきる。

##### ●くまぐみ 「Color！ 見つけよう じぶんいろ」

- 共同生活の中で、自分の力を発揮できる場に参加していく。
- 自分の気持ちや考えを豊かな表現や言葉で伝えるようになる。
- 冬から春にかけての季節の移ろいに期待や喜びを感じる。

##### ●ぞうぐみ 「絆 ～思いやるこころ 育ち合う仲間～」

- 協働して得られた成果に連帯感を感じる。
- 発表会に向けた活動やあそびを通して、自分の力を出し切り、達成感や充実感を味わう。
- 寒暖の中の行事を通じて、春の訪れや入学への期待感を抱く。



昨年こども家庭庁が創設され、年末には「こども大綱」が閣議決定をされました。これらは、こどもを社会の真ん中に位置づけ、権利性を明確にする試みになります。若者が様々な理由から結婚という形を取りにくい時代において、子育てを取り巻く環境は一層厳しくなっており、少子化という形にも表れています。園に通うご家庭にとってもそれは同じです。企業を含め社会全体で子育て環境を大きく改善できるようになればと思います。

また、全国の自治体では5年ごとにこどもに関する施策の計画（福山市ではネウボラ推進計画といいます。）を立てており、今年は2025年から2029年までの計画を立案する年になっています。保護者のみなさまにも大規模な調査に依頼があると思います。この中では、保育だけでなく、学童保育や児童医療、母子保健、未就園児の育児環境の整備なども盛り込まれます。保育料の負担軽減や学童保育の充実などが期待されています。こどもたちにとっても保護者にみなさんにとっても希望がもてる流れになればと思います。（園長）

#### <2月2日(金) 春を待つ会(節分)です。>

- ・節分は、古くは一年の境目（冬の終わりの日であり、季節の分かれ目でもあります。）と考えられ、新しい春の神様を迎える為に邪気をはらい、災厄を防ぐ行事が行なわれてきました。煎った豆をまき、戸口にさした鰯の臭気やヒイラギのとげで、鬼に見立てた疾病や災害を追い払うというものです。今年も病気に負けず、元気よく過ごせますように！！

#### <2月17日(土)りす・うさぎ・くま組・ぞう組の発表会予定です。>

- ・発表会を、2月17日(土)9時00分から、遊戯室で行います。保護者2名までの参加になりますが、この一年の子どもたちの成長と一緒に喜び合い、日々の園での様子をご覧ください。

※小学生以下（未就園児以外）の参加は、ご遠慮下さい。

※発表会当日（2/17（土））は、発表会の準備等の職員の確保の観点から、**発表会ではないご家庭で、当日家庭保育が可能な方は、できるだけ、家庭保育にご協力をお願いします。**

#### <3月5日・8日の春の保育参観日&懇談会について>

- ・3/5（火）に、ひよこ・くま・ぞう組 3/8（金）に、めだか・りす・うさぎ組の保育参観日を予定しております。

※年間行事では、3/5（1・3・5歳児）3/8（0・2・4歳児）で計画させていただいていましたが、上記の日程・クラス割での開催に変更させていただきます。参観日の詳細などにつきましては改めてお伝えいたします。

※2023年度の新役員決めにつきましては、例年通りアンケートをとらせていただく予定です。

アンケート後、声をかけさせていただきますので、ご協力をよろしくお願いいたします。

#### <記念写真(クラス集合写真)撮影を行います。>

- ・クラス集合写真撮影を3月初旬～中旬頃に行なう予定です。日程につきましては、決まり次第クラス前・なごみ前に掲示をします。その日は、なるべくお休みされないようにご協力ください。

#### 各クラスのお知らせ掲示の仕方変更について

各クラスのお知らせなどを現在クラス前掲示させていただき、保護者の皆様には毎日掲示を確認して下さっていると思います。ありがとうございます。

**2月より各クラスが異年齢児保育（なごみに移る際）に移動する際（※17:30～18:00以降）に、掲示物をなごみ前の掲示板に全クラスを集約して掲示させていただき方向で変更させていただきます。**

18:00 前後にお迎えに来られる方は2月からは、なごみ前の掲示板を確認して降園するようお願いいたします。

#### 駐車場のお願い

いつも園活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

朝夕の送迎時間帯には、駐車場での車の出入りが頻繁にあり危険です。子どもたちの安全の為に、駐車の際は、周囲に子どもがいないかをよく確認してから発進（停車）をお願いします。また、お子様の車の乗り降りの際と園内までの移動中は、お子様の手を引き、安全面に十分気をつけて登園・降園をお願いいたします。

ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

#### <3月・4月の行事予定>

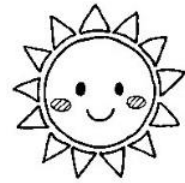
- ・3月5日(火) 1・4・5歳 保育参観日・懇談
- ・3月8日(金) 0・2・3歳 保育参観日・懇談
- ・3月11日(月) 検尿検査 ※11月13日以降入園の方と未検診の園児対象
- ・3月19日(火) お楽しみ会
- ・3月23日(土) 卒園式（ぞう組）
- ・3月30日(土)～4月2日(火) 希望保育予定（※ 3/30・4/1・4/2はお弁当予定）
- ・4月 3日(水) 入園・進級式（新入児と在園児 全園児対象）

※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  
げんきにすこそうね!

# おひさまだよ



2024. 1. 31

暦の上ではもうすぐ春ですが、まだ寒い日が続きます。低温・低湿の冬は、風邪ウイルスが大好きな季節です。様々なウイルスの感染症も聞かれるようになってきました。また、嘔吐下痢が流行しやすい時期です。まずは、風邪を寄せつけない丈夫な体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

## 冬場に多い 嘔吐・下痢

この時期気をつけたいのが「感染性胃腸炎」です。ノロウイルスやロタウイルスが代表的です。激しい嘔吐や水のような下痢が突然現れ、発熱を伴うこともあります。ロタウイルスの場合は、便が白っぽくなることもあります。嘔吐や下痢で体の中の水分が失われ、脱水状態になることもあります。嘔吐・下痢が繰り返される場合は早めに受診しましょう。

### ノロウイルスとは

感染してから 1、2 日の潜伏期間を経て、突然の吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、37 度台の発熱などの症状が現れます。

### ロタウイルスとは

潜伏期間は 2~4 日間で、急な嘔吐や吐き気、下痢、発熱などの症状が引き起こされます。水様性の下痢が長く続く傾向があり、時には白い便がみられることもあります。39℃を超える高熱が出る場合もあります。

### 脱水に注意

下痢も嘔吐も体の水分が失われる症状である。しかし、一度にたくさん飲むと嘔吐する可能性があるため、少量をこまめに摂るよう心がける。飲み物は冷たすぎると胃腸を刺激するため、常温か温めたものが良い。

### トイレは蓋を開けてから流す

トイレで便をしたあと流す際は、蓋を開けたまま流すとウイルスが舞い上がり、感染する可能性が高くなるため、蓋を閉めてから流す。

## これってOK？ 下痢のときの食事

下痢のときは、脱水状態にならないよう水分補給が大切。また、胃腸に負担の少ない食事をとりましょう。

### ○ お勧め

**リンゴのすりおろし**  
整腸作用があるので、すりおろしや搾り汁を。

**おかゆ、おじや**  
整腸作用があるので、症状が落ち着くまでは続けましょう。

**やわらかく煮た野菜スープ**  
消化がよくなり、水分補給にもなります。

### ✕ 避けたいもの

**柑橘類**  
腸を刺激して下痢を悪化させるので避けましょう。

**パン、バター、チーズなど**  
脂肪を多く含み、腸に負担をかけるので NG です。

**生野菜・繊維の多い野菜**  
消化によくなく、下痢を悪化させるため避けましょう。

### <嘔吐・下痢の受診するタイミング>

- 飲み物を飲むとすぐに吐く
- ずっと元気がない、機嫌が悪い
- 涙の出ない泣き方をしている
- 皮膚、口の粘膜、唇に乾燥やその他の異常が見られる
- 尿が出ない
- 頭痛がある
- 1日に何度も嘔吐する、下痢をする
- 発熱がある

# インフルエンザ

インフルエンザが流行しています。インフルエンザウイルスにはいくつかの型があり、年によって流行する型が異なりますが、感染力が強く、毎年 12~3 月にかけて集団流行します。発症日から 5 日を経過し、かつ、解熱後 3 日を経過するまで登園停止となっています。

## 主な症状

急激に 40 度前後の高熱が出て、悪寒や頭痛、のどの痛み、せき、鼻水、筋肉や関節の痛みなどの症状が現れます。吐き気、下痢などの症状が現れることもあります。感染力がとても強く、ふつうのかぜよりも、症状が重いのが特徴です。

### ★受診して確認を

かぜと区別しにくいのですが、今は検査でインフルエンザかどうかわかるようになりました。受診して確認しましょう。



### ★脱水症状に注意

高熱が出たり、下痢を起すと脱水症状が出やすくなります。水分補給には十分注意しましょう。



### ★熱が下がって 3 日間は登園停止

インフルエンザは、「解熱して 3 日を経過するまでは登園停止」と決められています。無理をするとぶり返したり、まだ人にうつす可能性が残っているからです。この期間を守り、家庭でゆっくり療養してください。



## 40 度前後の高熱

### 悪寒 頭痛



- せき
- のどの痛み
- 鼻水
- 吐き気
- 下痢
- 関節の痛み



## 1 月の保健指導

1 月の保健指導は、「からだのしくみ」について行いました。絵を見ながら、食べ物が体の中でどうなっていくのかお話を聞きました。そして体の様々な箇所が正しく働いているから元気に過ごせることを知りました。

2 月の保健指導は、「耳の役割について知る」について行います。

## 2 月の当番医

4 日 (日)	よしだレディースクリニック 内科・小児科	954-4455 (新涯町)	みよし耳鼻咽喉科	959-3447 (駅家町)
11 日 (日)	さいとう小児科	924-4150 (宝町)	米田耳鼻咽喉科クリニック	970-1030 (駅家町)
12 日 (月)	日野内科・小児科クリニック	957-7222 (新涯町)	岡本耳鼻咽喉科	961-0017 (御幸町)
18 日 (日)	木村小児科	943-7117 (南蔵王町)	竹内耳鼻咽喉科	940-4666 (春日町)
23 日 (金)	小池病院・小児科	932-3512 (光南町)	まつおか耳鼻咽喉科	968-0187 (水呑町)
25 日 (日)	上原医院・小児科	948-2101 (幕山台)	平田耳鼻咽喉科	953-3387 (曙町)

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 19:00~22:30(受付は 22:15 まで)です。

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。(※福山医師会ホームページ参照)