



12 かつ



えんだより



西出水認定こども園

園長 萩嶺 龍昭

出水市西出水町367番地

電話62-0577

担当 島田 昌子

いよいよ今年も残すところ1ヶ月となりました。朝晩は日増しに寒さが増して冬を感じるようになりました。天気の良い日はできるだけ外あそびを取り入れ、うがい手洗い・換気・適度な薄着等で風邪をひかない健康な体づくりを心掛けたいと思います。

保護者の皆さまには、今年も行事や日頃の教育・保育活動へのご理解・ご協力を頂き、ありがとうございました。来年もどうぞよろしくお願い致します。

インフルエンザにご注意ください!



インフルエンザが流行る季節になりました。

普通の風邪の多くは、のどの痛み、鼻水、くしゃみや咳等の症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。

一方、インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感等の症状が比較的急速に現れるのが特徴です。併せて普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳等の症状も見られます。

～『出席停止』期間～ ※登園時には、医師による「登園許可証明書」をお願いします。

「発症した後5日を経過」且つ「解熱した後3日を経過するまで」とは、最低「発症した後5日を経過」するまでが出席停止期間となります。

家族が感染の際は、本人に症状がなくても感染の恐れがあるため潜伏期間の3日間ではできるだけお休みをお願いします。

～感染予防～

- ・手洗いうがいの励行
- ・室内の適温と加湿(50~60%)
- ・十分な栄養と睡眠



を心掛けましょう!

※「登園許可証明書」が必要な方は、職員までお知らせ下さい。

発熱 日数	発症日 当日	発症後 1日	発症後 2日	発症後 3日	発症後 4日	発症後 5日	発症後 6日	発症後 7日	発症後 8日	発症後 9日
1日							OK			
2日							OK			
3日								OK		
4日									OK	
5日										OK



発熱



解熱



元気



OK 登園OK

保育のお仕事 HP より

『マチコミ』アプリの導入について

『マチコミ』とは? : 園や学校が手軽に使える情報共有・連絡ソフト、無料で使える学校向け連絡網サービスです。西出水小学校、出水中学校でも使用されています。

このサービスを当園でも1月から試験運用を始め、来年度から本格的に取り入れていこうと思います。

導入に先駆けて、アプリのインストールをお願いします。『マチコミ』で検索して下さい。

詳しくは、後日プリントを配布します。

ご不明な点は職員にお尋ねください。



体温が上がるとき



体温は早朝が低く、夕方もっとも高くなります。食事や運動の後、室温や気温が高いとき、厚着をしているときなども高くなります。一般的には平熱より1℃高ければ、熱があると考えられます。平熱を把握しておき、気温の変化

に合わせて衣服を調節するなど対応して、

元気に遊べるようにしましょう。





ぞうぐみ

担任 上間 愛



もう12月、やっとな12月…みなさまにとってはどのような1年でしたでしょうか。寒さの中元気に遊び回る子どもたちの姿に、この1年での成長を感じます。今月は餅つきもあるので、ぺったんぺったんと餅をつきながら、良い新年をむかえられるよに、子ども達と話しながら準備をしていきたいと思ひます。



お知らせ・お願い



- 12月20日(金)
餅つきをします。**エプロン・三角巾・マスク**を名前を記入して、**袋に入れて16日(月)までに持たせてください。**
- 12月28日(土)
保育納め
- 1月4日(土)
保育始め**(この日はお弁当持参になります)**
よろしくおねがいします。



22日 かなさん
31日 りこさん



きりんぐみだより

12月号

担任 長谷川 純子

今年も残すところあと、1カ月となりました。11月下旬になって一気に冬らしくなりました。子ども達は元気に外遊びを楽しんでいます。「寒〜い〜」と上着を着て園庭に遊びに出ますが、しばらくすると「暑い〜」と上着を脱いでいます。うがい、手洗いもきちんとして健康に過ごせるようにしていきたいと思います。



おもちゃを 作りました。

トランプの神経衰弱と同じルールで、同じ絵が出たら get できます。（同じ絵は2枚ずつあります。）「食べ物」、「乗り物」、「生き物」に分けてあります。カードを選ぶ順番を決め、カードの場所を覚えてという活動を、会話しながら楽しんでいます。



リレー遊び



鬼決め



お知らせとお願い

- ◎12月20日(金)に餅つきをします。エプロン、三角巾、マスク(名前を記入)を袋に入れて12月16日(月)までに持たせて下さい。
- ◎手、足の爪は、週に一度は確認し、長い時は切って下さい。
- ◎保育収め・・・12月28日(土)
保育始め・・・1月4日(土) **お弁当持参**です。
- ◎長袖、長ズボンの季節になりました。お子さんの体の**サイズに合った服**をお願いします。(袖が長くて、手が出ていないお子さんがいます。とっさの時に危険です。)

12月うまれのおともだち

5日 せなさん

12日 なぎさん

25日 ひなさん

おたんじょうびおめでとう!





うさぎぐみだよ!



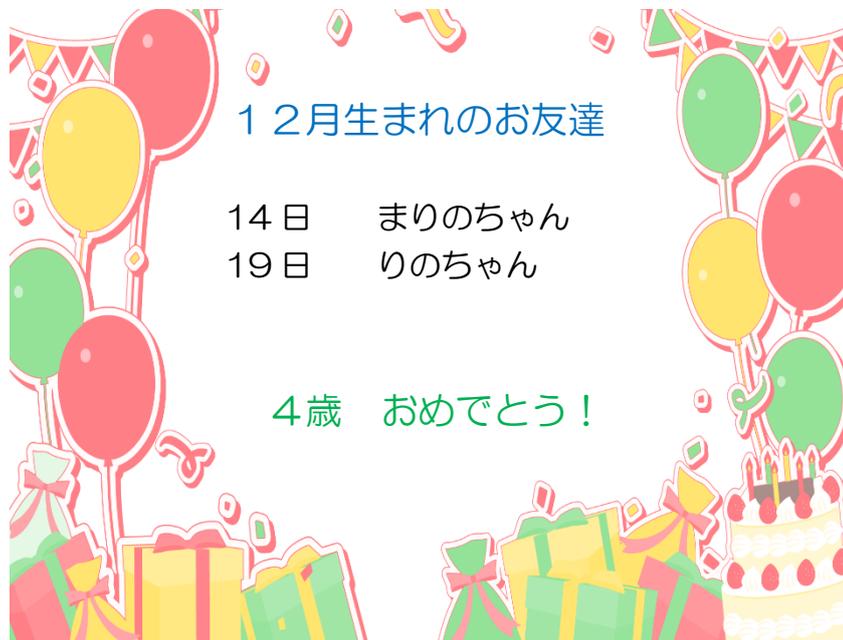
丸畑 ゆかり

舞い散る枯れ葉や冷たい風に、本格的な冬の訪れを感じるこの頃。子ども達は寒さに負けず、元気に外で遊んでいます。そして、あっという間に今年も残り1カ月となりました。今年も1年ありがとうございました。

今年度から始まった英語の時間も、最初は恥ずかしがったりしていた子どもたちも、今では“How Are you?”の質問にも、“I'm hungry”などと自分の気持ちを英語で伝える事が出来るようになりました。



遠足でのもぐもぐタイムです



12月生まれのお友達

14日 まりのちゃん
19日 りのちゃん

4歳 おめでとう!

もちつき大会

20日に餅つき大会を予定しています。

当日は、エプロン・三角巾・マスクを持たせて下さい。よろしくお願いいたします。

年末年始について

12月29日～1月3日まで休園となります。

*4日はお弁当持参です



いすぐみだより



担任 坂元陽子

寒さも少しずつ厳しくなり、冬の訪れを感じる頃となりました。
早いものであつという間に今年も残り1ヶ月となりました。
子どもたちは入園・進級から、さまざまな経験を通してたくましく成長しています。
子どもたちが楽しい気持ちで新年を迎えられるよう、見守っていきたいと思います。



遠足の様子

ハロウィンパーティ



お散歩

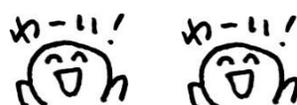


最近の給食の様子・・・

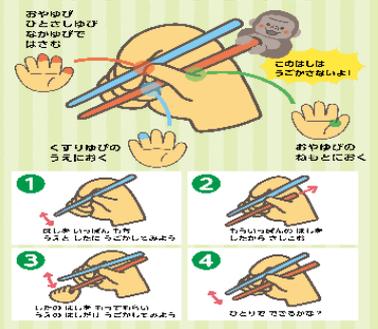
お箸を使って食べる子も増えてきています。お箸の持ち方の上達のコツは、スプーンの握り方が重要です。人差し指と親指でピストルの形にして人差し指と親指の間にスプーンを挟むような持ち方を意識しましょう。

うれしいお知らせ

りす組全員が、園ではパンツをはいて過ごせるようになりました口



はしのもちかた



12月生まれのお友だち

1日 るな ちゃん

23日 かなで ちゃん

お誕生日おめでとう





ひよこぐみだよ!



担当 宮野 彩月

夏が終わり、秋をあまり感じられないまま12月になりました。今年は暑い期間が本当に長かったように思います。この時期は急に寒くなり、寒暖差の影響でみなさん体調を崩しがちです。気温に合った服装を心がけたり、十分な休養・睡眠をとったり、食事をしっかり摂ったりして元気に過ごせたらいいですね!

12月は師走といわれるくらいなので、あっという間に過ぎてしまいます。今年も楽しい1年で締めくくれるよう、園でも家庭でも楽しく過ごせたらと思います。



1歳児さんは遠足で初めて園バスに乗りました！
大興奮している子、静かに乗っている子と様々でした。



バスに乗る前に遠足の絵本の読み聞かせを聞いている様子です！絵本が大好きな子どもが多いようです。



- ☆今年の保育納めは**12月28日(土)**です。また保育始めは**1月4日(土)**ですが、この日はお弁当になっているため、登園される際は、お弁当を持参ください!
- ☆風邪症状が目立ちます! 熱はなくても、鼻水がひどい・咳が続いている・下痢が出ているなどは、お友達同士で感染してクラスで広がってしまいます。子どもたちの様子を見て、「いつもと違うな…」と保護者の方が感じたら、登園時に職員に伝えたり、病院を受診したいして頂けるとありがたいです。

おたんじょうび おめでとう★

12月生まれのおともだち

12日	わこ ちゃん
12日	ひろむ くん
28日	しゅうき くん



出水中央児童クラブ

園長 萩嶺 龍昭
担当 山並 博樹

今年も残り1カ月となりました。寒さもだんだん厳しくなっていますが、子ども達は、元気いっぱい過ごしています。

今年も、児童クラブの運営に、ご理解ご協力ありがとうございました。また、来年も子ども達が成長できるよう、子ども達がたくさん楽しめるようにしていきますので、よろしくお祈りします。

12月7日(土)にクッキングを予定しています。



必ず爪を切り、エプロン、三角巾、マスクを当日持参してください。



※お休みする時は、必ず9時までに連絡してください。

持ち物

- ・宿題 ・筆記用具 ・ハンカチ ・ティッシュ ・歯ブラシ ・コップ ・ひもつきの水筒
- ・弁当(給食を頼んでない方) ・箸 ・帽子

学校の宿題が終わりましたら、各ご家庭で、ドリルなど準備してください。
水筒は、必ずひも付きを持たせてください。

3333 段石段登りに挑戦

日時 12月27日(金)

場所 熊本県下益城郡美里町

持ち物 ・帽子 ・リュックサック ・おにぎり ・水筒 ・ハンカチ

・ティッシュ ・ゴミ袋 ・汗拭きタオル ・おやつ ・レインコート

- ・バスで行きますので、酔い止めが必要な方は帰りの分まで準備してください。
- ・石段登りですので、履きなれた靴をお願いします。
- ・お昼は、おにぎりを食べます。食べきれない量をラップで包んでください。
- ・おやつは、荷物にならない程度をお願いします。
- ・雨天や寒さ対策の為、レインコートの準備もお願いします。

※参加料として4000円徴収致します。



遠足は、青年の家に行きました。天気はよくなかったですが、楽しんでいました！





今月の行事予定 ~12月~



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 3歳児健診	5	6	7 児童クラブ クッキング
8	9	10 2歳児歯科 相談	11 1歳6か月健診	12 大雪	13 発育測定	14
15	16	17 2歳6か月 歯科相談	18 1歳6か月健診 3歳児健診	19 避難訓練	20 もちつき大会 5歳児歯科相談	21
22 冬至	23	24	25 誕生会	26	27 児童クラブ遠足	28 保育納め
29	30	31 大晦日	年末年始休み → 1/3(金)まで			1/4 保育はじめ

母子健診のお知らせ・・・出水保健センター：1歳6か月健診 12/11(水)、2歳児歯科相談 12/10(火)、
2歳6か月歯科相談 12/17(火)、3歳児健診 12/4(水)、5歳児歯科相談 12/20(金)
・高尾野健康管理センター：1歳6か月児健診・3歳児健診 12/18(水)

とうじ 冬至



1年で一番昼が短く、夜が長い日が「冬至」です。冬至の日にカボチャを食べたり、ゆず湯に入ったりすると、風邪をひきにくくなると言われています。寒くなるこれからの時季、身体を温めて風邪などに負けない強い体に出来るといいですね。

じょや かね 除夜の鐘

除夜の鐘とは、大晦日のちょうど日付が変わり新しい年になる深夜0時をはさんでつく鐘のことを言います。

人には108つの煩惱(ぼんのう)があると言われ、その煩惱を祓うために、除夜の鐘をつく回数は108回とされています。煩惱とは、人の心を惑わせたろり、悩ませ苦しめたりする心のはたらきのことを言い、仏教における考えからきています。



年末年始について



12月29日(日)～1月3日(金)までは年末年始のお休みです。

お休み中も早寝・早起き、朝ごはん、排便をするなどお願いします。お休み中も健康で安全に過ごせるように見守ってあげてください。新年は、1月4日(土)より開園します。年末年始のお話を聞けることを楽しみにしています。

良いお年をお迎えください。



これからの主な行事予定

- 12/28(土)：保育納め
- 12/29(日)～1/3(金) 年末年始休み
- 1/4(土)：保育始め(お弁当)
- 1/10(金)・11(土)：自由保育参観
- 3/8(土) お遊戯発表会
- 3/14(金)：お別れ遠足
- 3/22(土)：卒園式



詳しくは、後日ご案内いたします。



食育だより

食育は生きる上での基本

食育は知育・道徳・体育の基礎となります。様々な経験を通じて「食」に関心をもてる子どもに育ってくれるように園では食育に力を入れています。

令和6年度 12月号

担当:松ヶ野 綾子



畑の野菜と給食の紹介



ぞう組さんが自分たちで種をまいて育てた「だいこん」を収穫しました。



自分たちで収穫した大根をよく洗って絵を描きました。

面白い形をした大根もありました。収穫した大根は給食に出しましたよ(^_^)

次はどんな野菜を育てようかな!(^^)!



11月中旬にした石焼き芋大会の様子です。甘い焼き芋ができてきました。

11月の人気があったおやつシリーズです。ドーナツ・ハートパイがとても人気がありました。



畑も冬対策を始めました。ハウスにビニールをかぶせました。ハウスの中にはいちごが入っています。実るのが楽しみです。



新玉ねぎを植えました。



いちご



こまつな



大豆を作ります。子どもたちは大豆がどんなものに使われているか物知りでしたよ。



12月の給食献立予定表



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
牛乳・せんべい	牛乳・小魚チップス	牛乳・ミルクバー	牛乳・クラッカー	牛乳・ふかしさつまいも	牛乳・えびせん
麦ごはん	麦ごはん	ゆかりごはん	ミニおにぎり	麦ごはん	麦ごはん
鶏肉のマーメイド焼き	魚の竜田揚げ	筑前煮	きつねうどん	魚のフライ	鶏肉のケチャップ焼き
スープ	味噌汁	味噌汁		味噌汁	スープ
サラダ	春雨サラダ	フルーツ	和え物	サラダ	サラダ
牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	牛乳	
お麩ラスク	三角パイ	さつまいもケーキ	クリームパン	クッキー	お楽しみに(〇)
9	10	11	12	13	14
牛乳・リングコーン	牛乳・クリームビスケット	牛乳・ジャガバター	牛乳・クッキー	牛乳・せんべい	牛乳・ミルクバー
麦ごはん	ふりかけごはん	麦ごはん	麦ごはん	麦ごはん	麻婆丼
魚のムニエル	ちゃんぽん	鶏肉の味噌焼き	はんぺんフライ	ポークビーンズ	
味噌汁		吸物	味噌汁	スープ	
南瓜サラダ	和え物・フルーツ	サラダ	フロッコリーサラダ	サラダ	和え物・ゼリー
牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	牛乳	
ココアボール	メロンパン	ドーナツ	スイートポテト	ビスケット	お楽しみに(*~*)
16	17	18	19	20 (餅つき大会)	21 (冬至)
牛乳・せんべい	牛乳・ビスケット	牛乳・えびせん	牛乳・ふんわりコーン	牛乳・ジャムパン	牛乳・クリームビスケット
わかめごはん	麦ごはん	麦ごはん	カレーライス	おもち	ふりかけごはん
親子うどん	ミートローフ	魚のコーンマヨ焼き			肉じゃが
	ベジタブルスープ	味噌汁		豚汁	味噌汁
和え物・フルーツ	フロッコリー	春雨の和え物	サラダ・フルーツ	ゼリー	
牛乳	牛乳	麦茶	牛乳	麦茶	
レモンケーキ	コロコロさつま芋	黒糖蒸しパン	じゃりパン	せんべい・みかん	お楽しみに(〇)/
23	24	25 (誕生会)	26	27	28
牛乳・ふかしさつま芋	牛乳・ソフトせんべい	牛乳・野菜バー	牛乳・えびチップス	牛乳・クッキー	牛乳・せんべい
麦ごはん	麦ごはん	おたんじょうび おめでとう!	麦ごはん	ひじきごはん	チキンライス
魚の磯フライ	照り焼きチキン		魚のホイル焼き	にゅうめん	
すまし汁	スープ		味噌汁		ポトフ
ポテトサラダ	サラダ		酢の物	和え物	ゼリー
牛乳	牛乳	誕生会です。	牛乳	牛乳	
コーンマヨトースト	カップケーキ	お楽しみに♪	チーズパイ	マーブルクッキー	お楽しみに(*~*)
30	31	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>冬休み</p> <p>この休みの間に日頃できないことをしてみるのはいかがでしょうか! 新たな気持ちで新年を(〇)今年もお世話になりました。来年もよろしくお願致します。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>朝のおやつ</p> <p>主食</p> <p>主菜</p> <p>汁物</p> <p>副食</p> <p>3時のおやつ</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>冬至について...</p> <p>冬至は「始まり」の日なんです。昼が一番短く夜が一番長くなる日で、この日を境に太陽が出ている時間が少しずつ長くなっていきます。そのためすべての命がこの時期から動き始めることという説があります。また運氣が下がり体も弱ると考えられ、運氣アップ・無病息災を願う習慣が生まれたとも言われています。</p> <p>運を呼び込む食材として「ん=運」が重なり、なんきん(かぼちゃ)・にんじん・れんこん・かんでんなどを食べるといいといわれています。</p> <p>栄養のある食材からパワーも分けてもらいましょう。</p> </div> </div>			

毎日の味噌汁は健康のもと!!



- ①発酵食品のみそは腸内環境を整えて免疫力を高めてくれる。
- ②どんな献立にもあい、毎日飽きずに食べられて身近な食材で手軽にできる。
- ③自律神経を整える。(寝ている体を目覚めさせ、朝の体を温める。)
- ④様々な具材から栄養とうま味成分がとれ、具材の野菜が塩分の過剰を抑える。
- ⑤がんや脳卒中の予防に効果がある。

朝の一杯から体にいいことばかりです。手軽に始めてみませんか(〇)

