

園長 佐々木 悦子

先月から始まった保育参観・懇談会にご参加いただき、ありがとうございます。子どもたちはお父さんやお母さんと一緒に過ごすのが嬉しくて、いつも以上に張り切って遊んでいる姿があります。

さて、今年は法人設立 20 周年を迎えるにあたり、7 日に記念式典を行う予定です。2005 年に NPO 法人を作り、その翌年に認可園あそびの杜保育園ができました。当時ムーミン保育園は久保町郵便局の 2 階とその隣のアパートの 1 階を使い保育を行っていた、横浜保育室に認定されていましたが、無認可の保育園でした。そこから認可園の基準を満たすような場所を探して南浅間町に移転し認可園として 2014 年に開所しました。そのような歴史を振り返ると、法人運営には、保護者の方々の法人理念や保育園方針のご理解や運営のご協力が不可欠であると改めて思います。子育ての科学的観点から、1 日 24 時間の生体の生活リズムの重要性を理解し実践していただく、子どもの育ちを保育園と共に考えて大人のやるべきことを行動に移していく、といったことを丁寧に実行してくださっている保護者の方々に、改めて感謝します。

さて、今月の節分鬼退治は 5 歳児が乗り越える大きな行事の一つになっていて、先月あたりから、あさぎ組がどうやって鬼に立ち向かうかを話し合ってきました。怖い気持ちはあるけれど、逃げずに自分たちの強い気持ちを鬼に見せて、保育園を守るそうです。1 人では立ち向かえなくても皆と一緒にならでき、という全員の気持ちを確認して当日を迎えます。言ったことばに責任をもち、皆で決めたことは最後まで全員でやり遂げる、という自治力が少しは芽生え始めたようです。あさぎ組の逞しい姿はきっと年下の子どもたちのお手本となるでしょう。

0 歳児 ももはな

冷たい風が吹いていても、元気に声を出して遊ぶ子ども達。寒い日が続きますが、体調面に気を付けながら楽しく過ごしていこうと思います。

周りの様子に興味を持ち、関わろうとする子ども達。公園ではそれぞれが興味のある場所へ向かい、自然や周囲の環境に触れながら、自分のペースでからだを動かしながら探索を楽しんでいます。

2 月もあっという間に過ぎてしまいますが、一人ひとりの成長に寄り添いながら、安心して沢山の経験ができるよう、見守っていききたいと思います。

1 歳児 やまぶき

やまぶき組で過ごすのも残り 2 ケ月になりました。子ども達はお友だちとの関わりが増え、名前を呼んだり、泣いている子の頭をなでたり、おもちゃを渡してみたりと微笑ましい姿が見られるようになってきました。子ども達同士の関わりややりとりが増えるように、私たち担任も楽しいやりとりを子ども達としていきたいと思っています。

冬も後半を迎えますが、引き続き感染症に注意しながら、しっかりと子ども達の健康管理に取り組んでいきます。また今月の保育参観・懇談会への皆さんのご参加を楽しみにお待ちしております！



2月の予定

3日(火) 節分
11日(水) 建国記念の日
23日(月) 天皇誕生日
27日(金) 誕生日会



2月★保育参観・懇談会★

10日(火) 1歳児
18日(水) 0歳児



3月の予定

7日(土)

成長を祝う会

18日(木)

もちつき

保護者清掃

20日(金)

春分の日

12日(木)

お弁当の日

27日(金)

お別れ会

14日(土)

新年度説明会

28日(土)

卒園式



※感染症状況により予定が中止・変更される場合があります。

3 歳児 もえぎ

寒さがまた一段と増す時期となりました。寒さに負けず子ども達は外を元気に走り遊んでいます。

先月は保育参観・懇談会にご参加頂きありがとうございました。できる事分かる事が増え、成長した姿を見てもらえたと思います！できることは自信持って「やりたい！」と言うもえぎ組の子ども達。色々な事に挑戦して、これからも少しずつできる事は自信を持って行えるように、大人と一緒に楽しく過ごしていけるようにしていきます。

残り 2 ケ月・・・よろしくお願ひ致します！

4 歳児 べにふじ

先日はお忙しい中、保育参観・懇談会へのご参加ありがとうございました。子ども達が大人数の前で楽しそうに表現あそびをしていましたね。子ども達が日々積み重ねてきた成長には、私たち職員も驚くことばかりです。今後も子ども達が人前で自信を持って表現することをクラスみんなで楽しめる様にしていこうと思います。

また、劇あそびをしていく中で、様々なことでの話し合いを通して対話する力をつけていける様にしていこうと思います。

子ども達が主役の最後の行事である「成長を祝う会」もお楽しみに！！

5 歳児 あさぎ

1 月は保育参観・懇談会へのご参加ありがとうございました。最後の参観・・・子ども達の成長を見てもらえて良かったです。

さて、懇談会でもお話ししましたが、2 月はビックイベント！節分がすぐにやってきます。クラスとして心を 1 つにし、一番良い状態で当日を迎えたいと思います。

この日に向け沢山考え、励まし合ってきました。私も全力で支えます！あさぎ組の一致団結の見せ所！応援お願いします。当日はどうか分かりませんが、まずはここまでの頑張りを褒めてあげたいですね。

給食だより 2 月



*2月3日は節分です

2025 年度 2 月

節分とは季節の変わり目という意味で、「立春・立夏・立秋・立冬」の前日をさします。その中でも冬から春になる立春の前日は一年の終わりと始まりと考えられていて、豆まきなどの風習が中国から伝わりました。豆まきは魔の目（魔目＝まめ）に豆を投げつけて魔を滅する（魔滅＝まめ）ともいわれます。

大豆は、「畑の肉」と言われるようにたんぱく質も多く、さまざまなビタミンやミネラルも含んでいます。さらに、穀類と一緒に食べることで足りないアミノ酸も補給されます。大豆特有の成分のサポニンやイソフラボンという栄養機能成分が多く含まれ、サポニンは癌や動脈硬化の予防、血清コレステロールの低下や排便促進の効果があり、イソフラボンは女性ホルモンと類似の働きを持ち、骨粗鬆症の予防に効果があるとされています。

また、大豆は加工をすることで大豆の栄養成分を消化・吸収しやすくなっているものや、加工されることで新たな栄養成分が加わったり、栄養価がアップしたりするものもあります。保育園でも、豆腐・油揚げ・味噌・きなこ・納豆・豆乳・枝豆・醤油などたくさん大豆食品を献立に取り入れていて、一番多く使用しているのは、味噌(味噌汁)です。



*風邪予防にはみかん



予防におすすめの食べ物は“みかん”です。

旬のみかんはビタミンCをたっぷり含み、酸っぱい成分のクエン酸は疲労回復に役立ちます。果肉を含んでいる袋や白い筋の部分には食物繊維や病気を予防する成分が含まれているので、そのまま食べることをおすすめします！ただ、体調がすぐれないときは消化が悪いので、みかんなどの柑橘系は避けるようにしましょう。

今月のレシピ 《豆乳寒天》

(材料) ・寒天…4g ・水…200ml ・豆乳…400ml ・砂糖…100g

(作り方)

- ① 鍋に寒天、水を入れてよく混ぜる
- ② ①を中火で加熱し、沸騰させる(沸騰してから 1～2 分しっかり煮溶かす！)
- ③ 砂糖を加え、よく混ぜる
- ④ 火を止めて、豆乳を入れる(必ず火を止める！)
- ⑤ 型に流し入れる
- ⑥ 冷蔵庫で冷やし固める(30 分～1 時間で固まる)

<トッピング>
・きなこ+黒蜜
・いちごソース

<アレンジ>
・みかん缶
・ココア
・いちごジャム



*給食室から

2 月は節分の行事があります。給食でも日本の伝統行事に親しめるような献立を予定しています。

2 月 2 日は、5 歳児クラスで「いわしの丸干し」を給食で提供します。いわしは、昔から「鬼を追い払う食べ物」として親しまれてきました。子どもたちが行事の意味を感じながら、楽しんで食事に向き合える時間になればと思っています。

1 月から保育参観が始まりました。普段の園での様子を知ると共に給食も一緒に食べて頂けたらと思います。



ほけんだより 2月号

2026年2月
ムーミン保育園



空気の冷たさを肌で感じたり、白い息を吐いたり、子どもたちは小さなからだでもるごと季節を感じながら過ごしています。「生体の生活リズム」を整え免疫力をアップし、寒い冬を乗り越えましょう！

知っておきたい 冬の感染症

インフルエンザ

突然高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節や筋肉の痛みが出ることも。

子どもは「だるい」と言えないことが多く、「元気がない」「きげんが悪い」といった状態が続きます。通常、1週間ほどで回復します。

備えていますか？

予防接種

インフルエンザの予防接種は、多くの自治体で10月から始まります。小さな子どもは2回接種が必要です。流行シーズン前に十分に免疫を上げておくためには、遅くとも11月上旬に1回目の接種を終わらせておきましょう。



ノロウイルス感染症 (ウイルス性胃腸炎)

「流行性嘔吐下痢症」と呼ばれるとおり、激しいおう吐と下痢が起こります。ほとんどの場合1～3日で回復しますが、脱水症を起こすことがあります。油断は禁物です。

備えていますか？

塩素系消毒薬

ノロウイルスは感染力が強く、おう吐物で汚れた衣類などの消毒には塩素系消毒薬が必要です。急な発症に備えて、念のため塩素系消毒薬を用意しておくことで安心です。



人込みを避ける

インフルエンザなどは、人のくしゃみやせきのしぶきを吸い込むことで感染します。人の多いところでは、感染のリスクが高くなります。



手をよく洗う

ウイルスのついた手で口や鼻、目などに触れるとそこからウイルスが体内に入り込みます。外から帰ったとき、食事の前など、こまめに手を洗いましょう。

マスクをつける

マスクは、せきやくしゃみのしぶきが広がるのを防ぐほか、無意識のうちに口や鼻を触るのを防ぐ効果があります。



おう吐で汚れた服を消毒するときは……

① 手袋とマスクをつける

素手で触れないよう、ゴム手袋や使い捨てのビニール手袋をつけましょう。また、使い捨てマスクをつけておくと安心です。

② 換気しながら開封する

吐いたものにウイルスが含まれていることがあります。乾燥したウイルスが体内に入ると、感染することがあるため、必ず換気ができる場所で袋を開けましょう。

③ 汚れを取り除く

服についた汚れをペーパータオルなどでふき取ります。取り除いた汚れにはウイルスが含まれているおそれがあるので、汚れをふき取ったペーパータオルはポリ袋を二重に密封して捨てましょう。



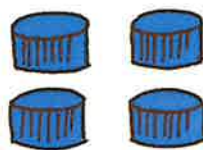
④ 消毒液を作る

塩素系消毒薬を、0.1%の濃度に薄めます。製品に記載されている希釈方法を守りましょう。



目安は……

水 1L



消毒薬原液
ペットボトルの
キャップ 4 杯

(製品濃度 6% の場合)

注意! 色落ちします!

塩素系消毒薬は、衣類につくと色落ちします。色落ちさせたくない場合は、85 度以上の熱湯に 1 分間つける方法もあります。

⑤ 消毒液にしっかり浸す



消毒液が行き渡るよう衣類を広げ、しっかり消毒液に浸します。

⑥ ほかのものと分けて洗濯する

消毒が終わったら、ほかの衣類と分けて洗濯します。

⑦ 手などをよく洗う

処理に使った使い捨て手袋やマスクはポリ袋に密封して捨て、最後に手を流水とせっけんでよく洗いましょう。

お知らせ

胃腸炎等の蔓延防止のため、下痢やおう吐した衣類等を洗わずにそのままお返しします。ご協力をお願いいたします。