

2025 年度 ろぜっと保育園

12月のおたより

11日(木)・17日(水)…長子さんリズム

18日(木)…もちつき

19日(金)…誕生会

23日(火)…クリスマスバイキング・クリスマス会

25日(木)…4・5歳児対象人形劇(参加希望者のみ)

29日(月)・30日(火)・31日(水)…年末休み

1月5日から保育園年始始まりです。



園長 武谷真未

あっという間に12月ですね。毎月のお誕生日会で職員が出し物をしています。その中でも、職員劇は子ども達に大人気で、11月に披露した「オキクルミと悪魔」は子ども達が歌を覚えて一緒に歌っていました。誕生日会では、4、5歳の児童に大きくなったら何になりたい？という質問をするのですが、今の若者たちに人気の職業が判明しました。「警察官」と「アイドル」が圧倒的に多かったです。夢がふくらみますね(◡‿◡)

主任 荒井敬子

保育園の玄関に大きなツリーが飾られました。乳児クラスの子もたちが「おおきいね～ぴかぴかしてる！サンタさんくるかな？」と話していました。クリスマス会にはサンタさんが登場すると思います！幼児さんが楽しみにしているのはクリスマスバイキングでしょうか。きっと今年もからあげが沢山あるはずですよ。お楽しみに～！

子育て支援

12月は、12月17日(水)に西区の公園で遊ぼう(久保町公園)や、12月23日(火)にクリスマス絵本の読み聞かせのイベントがあります。予約なしで参加できますので、きょうだい児の方はぜひ遊びにいらしてください。



0歳児 たんぽぽ組

早いもので今年も残り一か月です！園内や街中にクリスマスの飾りが出てきましたね。見つけると、キラキラ～！と指をさし教えてくれます。ツリーを見つけるときらきら星の歌に合わせて両手をひらひらと裏返して楽しんでいます。

最近、身の回りのことに少しずつ挑戦しています。食事で使ったエプロンを自分で持って廊下まで行きかばんに入れたり、手洗いのせっけんのポンプを押して出したり、着替えも袖を持つと自分で腕を抜こうとします。まだまだ上手い出来ないこともありますが、できた！！の嬉しい顔が輝いています。お友達への興味も増え、ぎゅ～と抱きついたり泣いている子を見つけるとよしよしと頭を撫でに行く姿が見られ、成長を感じるこの頃です。

1歳児 すみれ組

急に寒くなってきましたね。いろいろな所にツリーやリースなどが飾られ、子どもたちは「さんたさん！」「ゆきだるま！」と嬉しそうに見つめています。保育園でもクリスマス会があります。毎年乳児クラスも歌やダンスを披露するので、今年のすみれ組はどんなことをしようかな～と考え中です。

この一ヶ月でみんなよくおしゃべりするようになったなあと感じています。2～3語文で話していた子は「せんせい、〇〇して」「ちょっと〇〇だからできない！」など長い文章で話すようになり、1語文だった子も2～3語文でお話してくれるようになってきました。お友達にもより興味が出てきたようで、「いっしょにあそぼ？」と声をかけている姿はとっても可愛らしいです。大人も一緒になってごっこ遊びを楽しみながら子どもたちのことばをもっと引き出していきたいと思っています。

2歳児 ぼたん組

最近、パズルがブームで自由遊びの時間になると「パズルやりた～い！」と言うぼたん組！48ピースのパズルも余裕でできるようになりました。

先日、ビジネスパークにクリスマスツリーがあるか見に行ってきました！大きなクリスマスツリーを見てみんな大興奮でした。みんな揃ったら写真を撮りに行きたいと思っています。そして、今月はクリスマス会・クリスマスバイキングと楽しい行事が盛りだくさんですね！また、去年までは見学だけだったお餅つきにも参加する予定です。大人がお餅をつく姿を見た子どもたちびっくりにしていた印象があります。実際にお餅をついた時、どんな反応をするのか楽しみです。

3歳児 ゆり組

もうすぐクリスマスですね。子どもたちからサンタさんの話がたくさん出るようになってきました。先日はクリスマスリース用のドーナツ型の段ボールに絵の具で色を塗りました。その上に公園で拾ったどんぐりや松ぼっくりを貼る予定です。クリスマス会では何をしようか悩み中…。お話し遊びと歌が披露できたらいいなと思っています。

11月から歩く距離を伸ばし、ちょっと遠くの公園や遠回りをして散歩をしています。草履の脱げる回数も減ってきたように思います。寒くなってきたら、草履を履くことができなくなってしまうので、今のうちにたくさん履いて歩いていこうと思います。

4歳児 ひまわり組

子どもたちが一番楽しみにしている(かもしれない)12月がやってきました。サンタさんにほしいものをお願いするためにお手紙を書くという子や、親御さんに頼んで伝えてもらうという子など様々ですが、それぞれの子が嬉しそうに話しています。保育園からのプレゼントもどんな反応をするか楽しみです。

さて、11月後半でも暖かい日があり、距離のある散歩にもチャレンジしているひまわり組。12月17日にお泊まりで行くことができなかった蒔田公園に行こうと考えています。晴れることを本当に祈っています！

クリスマス会ではお話し遊びを披露します。何かを演じる中でそれぞれの子どもが役割を意識することが大切です。ひまわり組のみんなと一緒に楽しむためには、ということを考える時間を様々な場面で設けていきたいなと思います。

5歳児 ばら組

お泊り保育のご準備、ご協力ありがとうございました。当日は快晴で山登り、動物園を楽しむことができました。リーダー性や話し合いを多く取り入れたお泊り保育で子どもたちの成長を感じる瞬間がたくさん見ることができました。11月中も引き続き歩行力を高めるために遠くの公園への散歩を行っています。

今月はクリスマス会、クリスマスバイキング、もちつきと行事がいっぱいあります。クリスマス会ではお話し遊びをやります、登場人物の気持ちを考え役になりきって表現することを楽しんでいけるようにしていきたいなと思います。



*冬至と南瓜

「冬至」は一年で一番太陽が出ている時間が短く、夜が長い日です。この日は、名前に「ん」がつく食べ物を食べることで運がつくといわれています。

そのなかでも代表的な食材が『南瓜（なんきん）』です。ビタミンA、ビタミンC、鉄分、カルシウムなどが含まれ栄養価が高いのが特徴です。さらに、長期保存もでき、野菜不足の時代に冬を乗り越える重要な食材であったため、風邪をひかないようにと願いを込めて冬至に食べられていました。

また、柚子（ゆず）＝「融通がきく」、冬至＝「湯治（とうじ）」で、語呂合せから、冬至の日に柚子湯に入ると厄除けになるとも言われています。

～南瓜以外の「ん」のつく食べ物～



冬至七種と言われている食材は、「南瓜（なんきん）」のほか、「蓮根（れんこん）」「人参（にんじん）」「银杏（ぎんなん）」「金柑（きんかん）」「寒天（かんてん）」「饅頭（うんどん）」＝「うどん」です。

どの食材も「ん」が二つ付いており、たくさんの「ん＝運」を呼び込めるとい言葉の響きから食べられるようになったと言われています。子どもと「ん・運」さがしのことば遊びを試みてはどうでしょう。

今年の冬至は12月22日（月）です。保育園ではパンプキンパイで運を入れ込む予定です！



今月のレシピ 《ラーメンサラダ（大人2人分）》

中華麺 1玉 もやし 1/3P 人参 1/3本 きゅうり 1/4本 ハム 2枚
白いりごま 少々 醤油 大さじ1 酢 小さじ2 砂糖 小さじ1 ゴマ油 少々

- ① 人参は千切りにし茹でる。茹で上げる少し前に洗ったもやしを人参と一緒に茹でる。
- ② きゅうり、ハムも千切りにする。
- ③ 中華麺を気持ち硬めに茹でて、水で洗いよく水気をきる。
- ④ 調味料を混ぜてドレッシングを作る。
- ⑤ 材料すべてを混ぜ合わせて完成！

※麺が伸びやすいので、食べる時間を見計らって作るのがおいしく作るポイントです。



給食室から

11月の献立では、さつまいものマセドアンサラダ(色とりどりの野菜の角切りサラダ)が人気でした。チーズも入っているので探しながら美味しそうに食べている子が多くいました。白和えは食べやすいよう、ツナとコーンを入れてみました！ですが、あまり食べたことがなかったようで、見た目から苦手という子も多く、好みがはっきり分かれていました。豆腐の量や具材を変えてみて試行錯誤してみます。

23日はクリスマスバイキングです。ピラフ、からあげ、ポテト、デザートとたくさん作る予定です。今から大変さを想像しただけで恐怖ですが、子どもたちからの「おいしかったよ！」のために頑張ります。



ほけんだより 12月号



2025年12月
ろぜっと保育園

今年のカレンダーも最後の1枚になりました。年末年始は今まで身につけてきた生活習慣が乱れがちです。クリスマスやお正月を元気に過ごすために、早寝早起きや規則正しい食事と排便、歯磨きは、きちんと続けていきましょう。

感染症の季節を乗り切りましょう！

こんなときは、おうちで様子を見ましょう

インフルエンザやRSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節になりました。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化する

おそれがあります。体調不良のサインがあったら、早めに休ませたほうが早く回復します。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげてください。

前日から……



24時間以内に

- ① 下痢を繰り返す
- ② おう吐が何回かあった
- ③ 38度以上の熱が出た
- ④ 解熱剤を飲んだ
- ⑤ けいれんを止める薬を使った

どれか1つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうかを見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう。

夜間に

- ⑥ せきが出たり、ゼイゼイしたりして、あまり寝られなかった

薬の働きで症状が抑えられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

熱が出ていなくても、睡眠不足やせきは体力をうばいます。

朝に……

- ① 体温が37.5度以上
- ② 平熱より1度高い

朝食を食べたら

- ③ 吐いた
- ④ 下痢した

朝は、通常なら体温が低めです。37.5度を超えている、もしくは平熱より1度高いときは、日中に熱が上がる危険があります。

体の調子が悪くなりつつあるサインかもしれません。

ちょっとした変化も見逃さないで

- ☐ 目やにがいつもよりひどい
- ☐ 皮膚にポツポツがある
- ☐ 元気がない、きげんが悪い
- ☐ 顔色が悪い、くまができている



小さな子どもは、体調をうまく伝えられません。「いつもとちがう」サインを見逃さないようにしましょう。気になることがあるときは、朝、登園時に、職員にご相談ください。

