



とんぐりだより 12月

12月の予定

月	火 はな①・②	水 そら①・②	木 ほし①・②	金 ゆき①・②
2日	3日	4日	5日 リトミック 誕生会	6日 新聞紙遊び 誕生会
9日	10日 クリスマス会	11日 クリスマス会 誕生会	12日 クリスマス会	13日 クリスマス会
16日	17日 リサイクル制作 誕生会	18日	19日	20日

☆12月18日(水)～1月7日(火)は冬休みです。

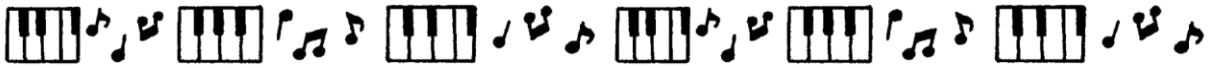
今月はこんな事をします

クリスマス会・・・クリスマスを知り、会の雰囲気をクラスの皆で楽しみましょう。

⇒クリスマスの雰囲気を楽しむ為仮装可です。ご家庭にお持ちの方は是非着てきてください♪

リサイクル制作・・・廃品を使って作ることを楽しみましょう。





☆幼稚園ミニ発表会のお知らせ☆

日時：12月3日（火） 9：50～10：20

場所：豊四季幼稚園ホール

持ち物：親子共に上履き、上履きを入れる袋

内容：幼稚園の子ども達が発表会で踊った遊戯や合唱などを見させていただきます。

※参加は自由です（申し込みは必要ありません）。

幼稚園の発表会で実際に使用した衣装を着て発表します。

是非遊びにお越しください！



今月のうた

♪あわてんぼうのサンタクロース

♪いとまき（クリスマス）



❀ 12月生まれのお友達お誕生日おめでとう ❀



今月のどんぐり



11月



どんな形かな～！



母子分離も慣れて
きました♪



先生が読む絵本に夢中☆



この色にしよう！



みんな真剣！！



さつまいも
おいしいね♪

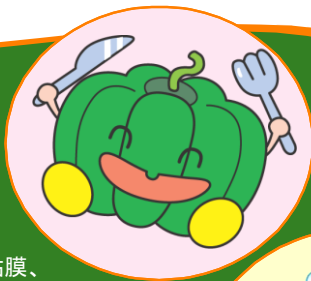


12月のほけんのおはなし

12月22日、冬至です

北半球では、夜がいちばん長く、昼がいちばん短い日。この日にユズ湯に入り、カボチャを食べるとかぜをひかないという習わしがあります。

実際、カボチャに豊富に含まれるビタミンAには、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があります。またユズには、新陳代謝を活性化して血管を拡張、血行促進の作用、さらに鎮痛・殺菌作用のある成分が含まれます。これが、体が温まり、かぜ予防にもなるといわれるゆえんでしょう。冬至には、カボチャとユズの2大強カパワーをもらって、冬を元気に乗り切りましょう！



ノロウイルスに要注意

冬場が増えるノロウイルスは、通常10月から2月ごろまで感染のシーズンが続きます。ウイルスはカキやアサリなどの二枚貝に蓄積されますが、貝類からの感染より、感染者のおう吐物、排せつ物からうつる2次感染のケースが多いようです。

感染すると、激しい下痢やおう吐、腹痛があり、38度以上の発熱も伴います。今のところ、感染予防のワクチンや治療薬は開発されていないため、症状が出たら水分を補給しながら回復を待つしかありません。

予防としては、感染例が報告されている間は二枚貝は加熱して食べる、また食事の際にはせっけんでよく手を洗う、などです。ノロウイルスを殺すことはできませんが、手から洗い流すことができます。

感染者は症状が回復しても、その後1週間～1か月間、排せつ物とともにウイルスが体外に出るといわれています。発症から1か月ほどは排せつ物に触れないように気をつけ、触れる危険性がある場所は、塩素系消毒剤をしみこませた布などでふくようにしましょう。

やけどをしたら…

冬はやけどの事故が増える時期。万が一、やけどをしてしまったら、とにかく流水で冷やすこと。その後、症状によって病院で診てもらいましょう。

アロエやみそを塗るなど、民間療法でよいといわれていることを、安易に試すのはやめましょう。細菌感染の原因になることがあり、症状を悪化させ、長引かせてしまいます。



感染時の消毒方法

嘔吐や便で汚れた衣服は 85℃の熱湯に1分以上付け浸けるか、塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。(キッチンハイターを使用する場合は、水3ℓにペットボトルキャップ3杯弱) 消毒が済んだら洗濯機に入れて大丈夫です。

