Ｊ－スカイ保育園
園だより

平成３０年１１月

制作　波多野節子　小倉好未

朝晩すっかり寒さを感じるようになり、秋の深まりを感じさせる季節となりましたね。日中はとても過ごしやすく、散歩を楽しむことが増えてきました。ドングリなども少しずつ見られるようになり、ドングリ集めなどもこれからたくさん楽しめそうです。秋の自然物のお土産やお話を心待ちにしたいですね。

季節の変わり目で体調を崩す子が増えてきました。嘔吐や下痢などは感染症も疑われますので、お子さんの体調の為にも十分休息をとっていただくようにお願いいたします。

これからやってくる本格的な冬に向けて、風邪に負けない丈夫な体作りを心がけましょう。園でも子ども達の健康には十分配慮しながら保育を進めていきたいと思います。「早寝、早起き、朝ご飯をしっかり食べる」ご協力お願い致します。

今月の予定

６日　身体測定
７日　避難訓練
１５日　クッキング
１９日　入園説明会
３０日　誕生会
＊天気を見て黄バスにて散歩も行います

風邪などの体調を崩しやすい季節になりました。胃腸風邪、ロタウイルス、ノロウイルスなどは感染症の強い病気です。

下痢、嘔吐の症状が収まり、普通食がたべられるようになり、良い状態の便が出たことを確認してから登園していただくようお願いいたします。

薄着でも大丈夫！

朝晩寒い日が増えてきました。風邪をひきやすい時期なので厚着させたいところですね。でもまだまだ日中は体を動かすと暑いです。実は、薄着にするとメリットがたくさんある事をご存知ですか？

薄着のメリット

1、自律神経が鍛えられる・・外の気温の変化を捉える皮膚の感覚器官が鍛えられ、自律神経が働き、免疫力もあがります。
2、体を思いっきり動かせる・・厚着では動きにくくなることも。
3、風邪をひきにくくなる・・汗をかきやすいこと、厚着で暖かすぎると、身体の放熱反射（体熱を放射する反射）が強くなり、逆に冷え込んでしまいます。
4、寒さに強くなる・・厚着に慣れてしまうと寒く感じやすいのかも。

今の季節であれば、登降園は上着を着用し、日中はタンクトップか半袖の肌着、長袖Ｔシャツ１枚でちょうどいいです。大人より１枚薄く！の気持ちで衣服の調節をおねがいします。

移動動物園へのご参加ありがとうございました

お忙しい中、移動動物園へたくさんのご参加ありがとうございました。

今年は天候にも恵まれ、たくさんのふれあい体験をしていただくことができました。子ども達の反応も、喜んで触りに行く子や、恐る恐る触る子もいましたが、たくさん関わりをもっていました。

いきいきと動物にかかわる様子に、思い出としてだけでなく、心の成長のきっかけになったのではないかと思います。

耳のためのみみより情報

子どもたちの耳をふと見ると大きな耳垢を目にすることがあります。
耳掃除は子どもも動いて危ないし、そもそも耳掃除はしなくていいとも聞きます。
それでは、耳掃除はするべきなのでしょうか？

耳垢は自然に外に排出されるものです。
子どもの耳掃除は一ヶ月に１、２回程度でいいです。行き過ぎた耳掃除は耳の中を守ろうとしてより多くの耳垢を生成してしまいます。
耳垢は取らなくても自然と外に排出する仕組みになっていますが、耳の中で大きくなりすぎると中で固まり、耳を塞いでしまうことがあります。これを『耳垢栓塞（じこうせんそく）』といいます。

このように、たまに子どもの耳を覗いてあげてください。
どうしても子どもが動いてしまって取れない場合は、耳鼻科で取ってもらうことをおすすめします。