

1月の園だより

保護者とのコミュニケーション



令和5年がスタートしました。

保護者の皆さまのお力添えのおかげで無事新年を迎えられたこと、心より感謝いたします。

保育園ではお正月の遊びをしっかりと楽しんでいきます。「たこ揚げ」「かるた」「すごろく」「鏡びらき」など、子どもたちと一緒に日本のお正月の行事を経験していきたいと思っております。

また、1年で一番寒い時です。体調管理など十分に配慮し、過ごしていきます。

新しい1年が子どもたち、そして保護者の皆さまにとっても笑顔であふれる1年になることを祈っています

日	曜	1月の行事予定	日	曜	2月の行事予定
1	日	元旦 	3	金	節分 豆まき 
2	月	振替休日	4	土	給食室清掃日（給食なし）
3	火	休園日	11	土	建国記念の日
4	水	休園日	13	月	身体測定週間
5	月	保育・給食始め	20	月	避難訓練（火災）
9	火	成人の日	23	木	天皇誕生日
11	水	鏡開き	24	金	集金日（お釣りのないようお願いします）
16	月	身体測定週間			
20	金	避難訓練（火災）			
26	木	集金日（お釣りのないようお願いします）			

インフルエンザなどの感染症が流行しやすい時期です。いつもと違う様子がありましたら、一言お知らせください。

園でも気になる様子がありましたら、お伝えしていきます。

また、感染症の中には、登園にあたり 医師の判断が必要なものがあります。受診の際には、保育園に通っていることを伝え、医師の指示に従ってください。

体調不良で欠席される場合は、キッズリーで症状など詳しくお知らせください。



春の七草

七草粥とは、春の七草『せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ』が入ったお粥の事です。このお粥を食べると1年間、無病息災、健康長寿で過ごせるとされています。また、冬に不足がちなビタミンも補えます。

保育園では、子どもたちが食べやすいように、クッキーの生地に加えて七草クッキー🍪をおやつにいただきます。



のどにものがつまったとき

食事のときに、食べ物がうまく飲み込めないと、のどにつまらせてしまうことがあります。1歳半ごろまでの乳幼児は、ものを飲み込む機能が未発達なうえ、大人のように食べ物をかんだりすりつぶしたりすることができないため、のどにものをつまらせてしまうことがあります。

また、子どもの口の大きさは直径3～4cmくらいなので、これより小さいものは食べ物以外の異物でも口の中に入れてしまいます。

食べ物や異物を飲み込んで、のどにつまってしまったときは、窒息（呼吸ができない状態）となり、命にかかわる場合もあります。

のどにつまったときの症状は？

- 口に指を入れる、のどを押さえる
- 声を出せない
- 窒息により、呼吸が苦しそう
- 顔色が悪くなる



気をつけたい食品やものは？

- もちや団子、グミなどの粘着性の高いもの
- ブドウやミニトマトなど、球状のもの、つるつるしたもの、弾力があるもの
- 3～4cm以下のおもちゃや小さな日用品

「のどにつまる」と、「誤嚥」は違います

小さな食べ物や異物がのどの奥の気管（空気の通り道）に入ってしまう状態、のどにつまったときと同様に呼吸が苦しくなり、窒息の原因となります。また、せき込む、ゼロゼロするなどの症状が出て、放っておくと肺炎になることもあります。

かたい豆やナッツ類は、口の中でバラバラに細くなり気管に吸い込んでしまうことがあるので、3歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。

食事のときのチェックポイント

- のどにつまりやすい食品はない？
- 食べやすい大きさになっている？
- 正しい姿勢で食べている？
- しっかりかんでいる？
- 水分をとりながら食べている？
- 遊びながら食べていない？

のどにものがつまったときや誤嚥の対処法

1歳未満

背部叩打法

- ①片腕の上につぶせに乗せ、手のひらであごを支えて頭部が低くなる姿勢にする。
- ②もう片方の手のひらのつけ根部分で、肩甲骨の間を4～5回強く早くたたく。



1歳以上

胸部突き上げ法

- ①子どもの背後から両腕を回す。
- ②一方の手をグーに握り、親指をおへその少し上に当てる。
- ③もう片方の手を握った手に重ね、手前上方に一気に強く突き上げる。5回繰り返す。



※意識や呼吸がないときは、ただちに119番通報。

※ものが取れるまで繰り返す。