



しんこうかい

# 真光会だより

2022年12月  
第33号

発行責任者  
社会福祉法人真光会  
理事長 佐々木鴻文

高木保育園

今町保育園

天竜保育園

梅北保育園

年もおしせまり、何かと忙しい頃となりました。今年はどうな1年だったでしょうか？  
コロナ感染症も第8波が懸念される状況です。また、インフルエンザをはじめとする感染症の流行する時期にもなりました。かぜやインフルエンザ、感染性胃腸炎を予防するためにも、手洗い・うがいをきちんとしましょう。  
今回は、体を使っての親子遊びややけどの対処法等をお知らせします。

体を動かすのって楽しいね！  
いろいろな動きで一緒に遊ぼう

- ①手をつないで立ち、前後左右いろいろな方向に歩きます
- ②手をつないで座り、「1、2、3」の合図で立ったり座ったりします。
- ③「1、2の3」の合図で一緒にジャンプします。
- ④保護者は座り、立っている子どもさんと手を合わせ、押したり引いたりします。
- ⑤向かい合って立ち、保護者は子どもさんの脇を支えて上下に動かします。
- ⑥子どもさんの脇を支え、高い高いをします。

冬至

冬至は1年でもっとも夜が長く、昼が短い日。今年には12月22日にあたります。冬至にはゆず湯に入ってカボチャを食べるのが伝統。野菜の不足する冬に栄養のあるカボチャを食べ、厳しい寒さを乗り越えようという知恵から生まれたものです。カボチャは免疫力アップに欠かせない食材。昔の人はそれを経験的に知っていたのですね。

やけどをしたら…

冬はやけどの事故が増える時期です。新型コロナウイルス感染症の予防のために、アルコール製剤を置いているというご家庭もあると思います。アルコールは揮発性があり、火災や、やけどの原因になります。保管方法に気をつけましょう。

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、発赤や腫れ、水ぶくれなどの症状があるときは病院で診てもらいましょう。アロエやみそを塗るなど、民間療法が良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、長引かせてしまうことがあります。

## 《高木保育園からのお知らせ》

### ●食育活動●

きらり農場の畑から収穫したさつまいもを使って感染対策をしながら、スイートポテト作りをしました。エプロン・三角巾を身に付け、5歳児さんが蒸かした芋をつぶして材料を混ぜたものを楽しくラップで丸めて作ることができました。給食室で焼いてもらい、おやつでおいしくいただきました。また、別日には、自分たちで作ったお米を使い、おにぎりクッキングを行いました。今月21日(水)には、もちつきを計画しています。楽しく伝統行事に参加し、食育へとつながっていくといいなと思っています。



●リズム発表会は1/14(土)に実施します。



## 育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)  
相談先： 高木保育園 38-1310