



ほのかだより

令和5年1月4日発行
認定こども園
里山ほのか学園

明けまして おめでとうございます

新年、明けましておめでとうございます。

保護者の皆様、そして子どもたちにとって素晴らしい1年になりますよう心からお祈り申し上げます。

昨年末は、コロナの影響で多くの方に家庭保育のご協力を頂きまして、誠に有難うございました。

いつもやさしいお言葉をかけて頂き、職員一同大変な中でも頑張って前に進むことが出来ました。

保護者の皆様に、支えられながら歩んでいる事に改めて感謝する1年でした。

今年も笑顔いっぱいの1年にしたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。 園長 岡倉 裕理子



ほけんだより 1月号

看護師 宇野競功

寒い季節は、肌の乾燥やかゆみが気になります。空気が乾燥して汗をかきにくくなるため、皮膚の保湿力が低下しているのです。暖房中は必ず加湿して、保湿剤でのスキンケアも続けましょう。



健康に気をつけて、よい年を迎えましょう



ごちそうはひと工夫で楽しんで

お祝いムードで気がゆるむ時期ですが、子どもの誤飲・窒息には十分注意しましょう。

お酒の誤飲

透明なので水と間違えた、甘いのでジュースのつもりで飲んでしまった……などの事故が起こりやすいので、グラスやおちょこは子どもの手の届かないところに。

もちや豆類による窒息

お正月の定番のお雑煮（もち）や黒豆（豆類）は窒息の危険が高い食べ物。もちは小さく切って1つずつ、汁物といっしょに食べさせます。豆類は刻むか、子どもには控えましょう。

生活リズムに気をつけて

ゆっくりしたい時期なので、夜更かし・朝寝坊になりがち。睡眠不足にならないよう、生活リズムを守りましょう。

急病に備えよう

地域の休日診療・救急診療の担当を確認しておきましょう。帰省先・旅行先でも調べておくとう安心です。また、保険証や医療証も忘れずに持っていきましょう。

せきで眠れないときは……

1 体を起こして

横になるとせきがひどくなるときは、縦にだっこしてあげましょう。呼吸が楽になります。

2 部屋を加湿して

空気が乾燥していると鼻やのどの粘膜に負担がかかります。寝室にも加湿器を置いて、のどを守りましょう。



3 ゆっくり休ませて

大人は熱がなければ大丈夫と思いがちですが、小さな子どもは、せきでも体力を奪われます。早く休んだほうが早く治るので、ゆっくり過ごさせてあげましょう。



※2歳以下、特に赤ちゃんにはマスクをつけないで。

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
2 振替休日 	3	4 保育初め	5	6	7
9 成人の日 	10 始業式 (1号認定)	11 スイミング (4歳児)	12 合気道 (5歳児)	13 避難訓練 (火災想定・昼食時の避難)	14
16 茶道 (5歳児) ママランチデー	17 茶道 (5歳児)	18 スイミング (5歳児)	19 サッカー教室 (5歳児)	20	21
23 誕生会 サッカー教室 (5歳児) 12/21の振り替え	24 スイミング (5歳児) 12/28の振り替え サッカー教室 (4歳児)	25 スイミング (4歳児)	26 カルタ会 (3, 4, 5歳児)	27	28
30 楽しくドレミ (5歳児) スイミング (4歳児) 12/21の振り替え	31	4, 5歳児さんの スイミング・サッカーの 振り替え日に ご注意ください!			

※新型コロナ感染拡大状況により、行事を延期、又は中止とさせて頂く場合があります。

◎おねがい◎

★住所や緊急連絡先、職場等が変更になった場合は、園まで必ずご連絡下さい。

特に、電話番号やメールアドレスが変わった場合は、緊急時に連絡が取れなくなってしまうので、必ずご連絡下さい。

★緊急連絡でお知らせしている内容は、重要ですので、必ず毎日メールの内容の確認をお願い致します。お仕事中でなかなかメールの確認は難しいかと思いますが、お願い致します。



★2月の予定★
3日 (金) 節分(豆まき)
7日 (火) チャレンジ大会 (3~5歳児)
16日 (木) カウンセラー巡回日

雪道の送迎について
◎冬場は正門からの行き来となります。夕方は暗く見通しが悪いので、安全運転でお越し下さい。園舎横の坂道は使用しないで下さい。※職員は、駐車場の関係で坂道を使用します。事故やケガにつながるような行動はしないようお願い致します。雪道の歩き方や危険個所など一緒にお子様と確認しながら歩いてみるのもいいと思います。
◎正門の勾配、ベビーハウスの入り口は滑りやすいため、お子様の送迎の際は気を付けていただきますようお願い致します。