

# きのみ通信 8月号

令和 6.7.31 (水) 発行

本郷ゆうし保育園 子育てひろば  
<https://www.higashihoikukai.or.jp/>

mail kosodate@hongouyuushi.ed.jp



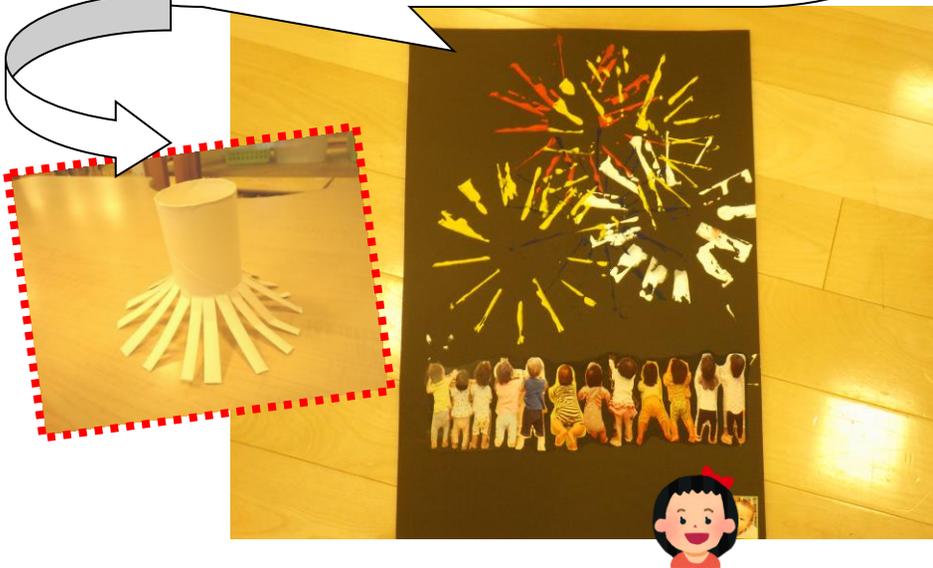
稲城市東長沼 2115-2  
TEL 042-401-6951  
FAX 042-401-6952

## 8月の園庭開放、つどい、ゆうしとあそぼ！は、お休みになります。また9月からお待ちしております。

7月に保育園で行った製作を紹介したいと思います。お子さんと一緒に作ってみてはいかがでしょうか？

0歳児クラスが作った花火の製作です。トイレットペーパーの芯を半分くらい縦に切っていき、広げてお花のような形にします。そこにいくつか薄めた絵の具をつけてポンポンと好きなように押しつけていきました。お子さんの後ろ姿の写真を撮って花火鑑賞をしているようにしました。

1歳児クラスはかき氷の製作です。スポンジを小さく切って持ちやすいようにします。そこに薄めた絵の具をつけて白い紙にポンポンとしたり、こすったりしました。紙が乾いてからかき氷の形に切って完成です。



2歳児クラスも花火の製作です。小さな黄色の点々は、いらなくなった歯ブラシを使って描いています。ザルを用意してその上から絵の具をつけた歯ブラシでこすっていきます。すると星のようにキラキラとおちていきました。絵の具が乾いてからその上に自分で好きなようにクレヨン等を使ってなぐり描きをしていきます。花火大会を見た時期だったので子ども達もイメージを持って取り組んでいました。

今年も暑い夏になりそうなので、室内で過ごせる遊びのヒントになればと思います。

9月からまた保育園での遊びも提供できればと思いますので是非お越しください。

### ☆育児相談を行っています☆

子育てについて、食事の事、健康の事、睡眠の事やお友達の事等、なんでもお気軽にご相談ください。園庭開放やつどいでもお話を伺いますが、電話によるご相談、また来園してのご相談もお受けしております。

月曜日から金曜日 9:00~16:00 TEL: 042-401-6951

# 栄養士より ぱくぱく・もぐもぐ

## 子どもの食べる意欲を育む

子ども達には、毎日の食事をしっかりと食べて欲しいものです。しかし低年齢の子どもには好き嫌いがあったり、その日の気分で食べてくれないこともあったり、なかなか大人の思い通りにはいきません。今回は、子どもの食べる意欲を育むために大切な3なことをお伝えします。

### 子どもの成長に合わせる

#### ①子どもの「食べる機能」の発達に合わせて料理をつくりましょう

人は、食べ物の硬さ、大きさ、粘りなどの特徴を舌や上あごで感じて、その感覚に応じて噛み方、飲み込み方を変化させています。食べる機能が未発達な子どもは、これらが上手にできずに嫌がることがあります。食べる機能の発達には個人差があるので、子どもに合わせた料理を提供しましょう。

#### ②子どもが苦手な味はゆっくり練習しましょう

人は生まれながらに、生きるために有益な「甘味・うま味・適度な塩味」を好みます。その一方で、「苦味」や「酸味」は毒や腐敗のシグナルとして、本能的に避けようとしています。子どもが苦手なものを「嫌いだから食べない」と決めつけず、繰り返し食べる練習ができるように、工夫をしながら提供しましょう。

#### 苦味がある青菜をおいしく食べる工夫



#### ③初めての食材や料理は食べ慣れた味にしましょう

子どもには「初めてのものを避ける」という防御本能が備わっています。これは1歳を過ぎると強まり、2～6歳でピークに達します。食経験が少ない子どもの食事は、安心して食べられるように工夫をしながら、食べる意欲を引き出しましょう。



# 看護師より すくすく・のびのび

## 夏の感染症に注意しましょう

### ヘルパンギーナ

- 突然、高熱が出て、のどの痛みなどの症状があらわれます。また、のどに発疹ができて潰瘍になり、食事が取りにくくなります。熱が数日続きます。



### 手足口病

- 口の中・手・足・おしりなどに水疱性の発疹ができます。喉に痛みをともなう水疱ができるため、食事がとりにくくなります。熱は出る場合と出ない場合があります。

### 咽頭結膜炎（プール熱）

- 高熱・のどの痛み・首のリンパ節の腫れが起こります。目の症状としては、目の充血・目ヤニがあり、頭痛や全身のだるさがあらわれることもあります。

## 感染症にかかったときのホームケア

- できるだけ安静に過ごす  
体力を消耗させないようにできるだけ安静に過ごしましょう。

- のど越しの良いものを食べさせる  
プリンやゼリー、アイスクリームなど、のど越しの良いものを少しずつ食べ、無理に食べさせなくとも、症状が落ち着けば食欲も戻ります。

- タオルや食器の共有はやめる  
感染者の飛沫や飛沫がついたものを介して感染するのでタオルや食器は別の物を使いましょう。

- 汚れ物に触ったら手を洗う  
唾液や排泄物についたシーツや発疹が潰れてウイルスが付着している衣服からも感染することがあります。

- こまめに水分補給をする  
口に発疹ができ、潰れると強い痛みを感じます。オレンジジュースなど酸味が強い飲み物は避けましょう。体力を消耗させないようにできるだけ安静に過ごしましよ

- こまめな手あらいをする  
おむつを処理した後や食事の前には石けんでいつも以上に手を洗いましょう。