



すくすくげんき通信

明野しいのみ保育園

令和7年9月30日発行



秋が深まってくると、朝寒、夜寒といって朝晩と日中の寒暖差が大きくなります。気温差に体が慣れず体調を崩しやすく、感染症も流行り出す時期です。上着などで服装を調整しながら、毎日を健康的に過ごせるようにしていきましょう。

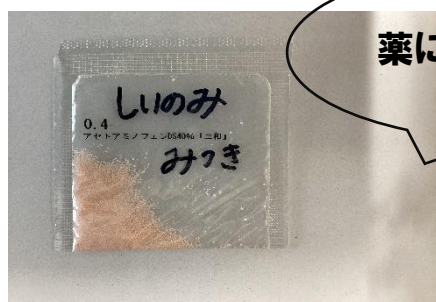
薬のお預かりについて

- ① 原則的にはお預かりできないことになっています
- ② 病院受診の際に、家庭で与薬できるよう処方してもらうようにしましょう。
(例・・・1日2回の処方や、朝・夕・寝る前など)

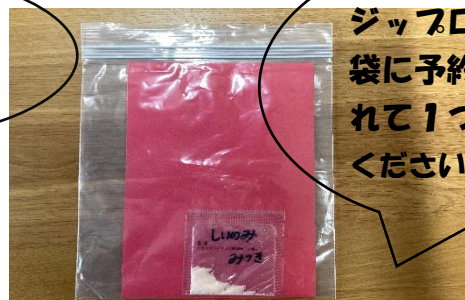


病状により、やむを得ず園での内服が必要な場合のみお預かりしますので、保育士に相談して下さい。やむを得ず持参する際は薬の外袋に名前を記入してください。予約カードの記入もお願いします。記入がないときは与薬ができません。カードと薬を1つの袋(ジップロック等)にまとめてください。(靴の中に入っていて薬が不明になっていることや、同じ薬を持ってきていることがあるため) ご協力くださいますようお願いいたします。

※薬は必ず手渡しをお願いします



薬に名前を記入



ジップロックなどの袋に予約依頼書も入れて1つにまとめてください



食欲の秋こそかむ力を育てよう



さつまいも、ごはん、りんご、れんこんなど、おいしい食べ物がたくさんの食欲の秋。秋が旬の食材は「かみごたえ」のあるものも多く、「しっかりかむ習慣」＝「かむ力」を育てるチャンスです。かむことには発達に良い効果がたくさんあります。

「子どもが食べやすいもの」＝「やわらかいもの」ではありません。小さく切った野菜をしっかり加熱したり焼いてもを少しずつ出すなど、工夫次第でかみごたえがあるものも食べやすくなります。「よくかんでね」「お口の体操だよ」と声をかけながら、親子で秋の食べ物を楽しんでみてください。

かむことの効果

- 食べ物を消化しやすくする
- あごや顔の筋肉を育てる
- 集中力を高める
- 食べすぎを防ぐ など

※園でも月に数回、こんぶ、ごぼう、かえり、めざし、ししゃもなどの「かみかみメニュー」を取り入れています。ご家庭でも是非取り入れてみてください。