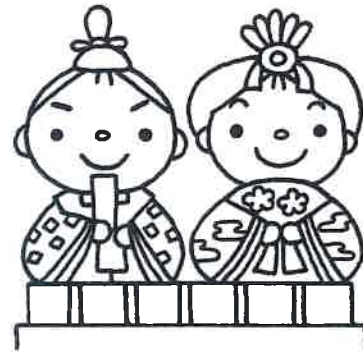




えんだより



令和3年3月1日 新宿保育園 03-3607-2470

3月の行事



＝ひよこ組の健康診断日

日	月	火	水	木	金	土
	1 えんだより 配布 ←	2	3 ひなまつり 身体測定	4	5 →	6 卒園式
7	8	9	10	11 勤労感謝の日	12	13
14	15 クラス だより配布 布団乾燥	16 入所前健診 入所前健診 入所前健診	17 お誕生会	18 防災訓練	19	20 春分の日
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

雛あられの色には…

雛あられには、「赤・緑・白」の3色のものと、「赤・緑・白・黄」の4色のものがあります。それぞれの色には意味があり、願いが込められていると言われています。

赤 … 血や命など、生命のエネルギー

緑 … 木々の芽吹き、自然の生命力やエネルギー

白 … 雪の大地のパワフルなエネルギー

を表しているのだそう。

4色のひなあられは、それぞれ「春・夏・秋・冬」を表し、四季のエネルギーを取り込んで、1年を通じて健康と幸せを願うという意味合いがあります。（諸説ありますが）

『給食室より』

管理栄養士 菊本みづほ

★卒園児リクエスト給食

卒園児のリクエスト給食を始めて8年経ちます。「確かに…」と納得のメニューもあれば、「ええっ？これ？」と全く予想していなかったメニューがリクエストされ、毎年驚かされます。

一昨年まで主食から5品、副菜から5品、汁物5品、おやつ5品、とカテゴリー別にリクエストがあがってきていたので「う～ん」唸りながら組み合わせを考えていました。今年は主食、主菜、副菜、汁物…とバランスを考えて一日トータルの献立を自分たちで作成された献立が5日分やって来ました。とてもよく出来た献立で、こんな素晴らしい事が出来るようになったのか、と成長に驚きとても感動しました。

リクエスト給食週間の献立からは外れてしまった下記のメニューも、一生懸命考えてくれたものなので3月の献立のあちらこちらに組み込みました。長い人で6年間、毎日給食を楽しみにしてくれてありがとうございました。毎日美味しそうにたくさん食べてくれてありがとうございました。給食室一同、最終日まで心を込めて調理します。

【その他候補に上ったメニュー】しゅうまい・納豆スパゲティ・タラコスパゲティ・はんぺんのすまし汁・桜エビのふりかけご飯・カルピスゼリー・みかんゼリー・クロックムッシュ・牛乳もち・納豆包み揚げ（3月の献立表には★印をつけてあります）

★行事食（ひなまつり）

3/3(火)の給食は、春らしい彩りのハマグリのだし汁を添えたワンプレートランチのお祝い膳です。「春の大地を表す緑」「雪の白」「桃の花のピンク」を表している菱餅の代わりに苺を添えた三色ゼリーがデザートとなります。おやつの桜もち、今年は関西風（道明寺）です。

※今月はリクエスト給食の為、世界の料理と日本の郷土料理はお休みです。

コロナの中の生活発表会

コロナ禍の中、ぱんだ組さんは最後の発表会になるため、保護者の参加を一人に限定させて頂き決行しました。

人前で発表するという事は、どんな形にしろ一生懸命練習してきた事を特に大好きな親御さんに見ていただくことで達成感も生まれ、自信も付き成長にも繋げることが出来る大切な事です。演技も本当に素晴らしく、よくここまで来たなと感心しました。

発表会に参加できなかった子どもたちは他のクラスの子どもたちが見守る中、保育の中で素晴らしい演技を披露しました。見ていた子どもたちにもいい刺激になったと思います。今年はコロナのおかげで新しい試みも生まれました。動画をYouTubeにアップしたりギガファイル便を使ってお家でも見られるようにしました。如何でしたでしょうか。YouTubeは録画できませんが、ファイル便はダウンロードできます。期限がありますのでお見逃しなきようお願いいたします。

さて長引くコロナですが実行再生産数が東京は2月25日現在0.84でした。インフルエンザは1～3.5位だそうです。全国では第一波が2.27、第二波が1.86、第三波が1.42と下がってきてはいますが0.6くらいまで下がらないと厳しいようです。ワクチンの接種がはじまりましたが中々後が続かず混乱を招いているようです。6・7月ごろ迄には何とかかなりそうですが変異したウイルスが心配です。後遺症の問題も騒がれています。

フランスでは3度目のロックダウンが始まったみたいです。リバウンドはないのか、今年一杯で終わるのか、毎年流行する事はないのか、早く安心・安全な国産ワクチンが欲しいですね。これからも決して油断せず、マスクと手洗いを忘れず乗り越えていきましょう。

新宿保育園 狩野 貢

保健室より

看護師 岡林 菜央

暖かな日が少しずつ増え、子供たちの成長を振り返る年度終わりの時期になりました。来年度に向け、今のうちに生活リズムを整え健やかに過ごせる下準備をしておきましょう。

<耳の日>

3月3日は耳の日です。子どもの耳管は太く短いため、鼻やのどの細菌やウイルスが耳管を通して耳の中に入りやすく耳のトラブルも多いと言われています。

普段から耳をいたわる下記の習慣を身に付けて行きましょう。

- ・鼻をすすらず、かむ習慣をつける
- ・鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳をたたかない

<花粉症>

花粉の飛散シーズンにつき、子ども達の中でも鼻水が目立ってきています。花粉症は、服薬などをせず様子を見てみると慢性副鼻腔炎など二次的な疾患を引き起こすこともあります。サラサラな鼻水が続いている場合や、目のかゆみ、いつもよりぼーっとしている様子などあれば受診しましょう。

また、アレルギー検査などを受け花粉症の種類が分かっている場合はシーズン前に予防的投薬をすることで発症時期を遅らせたり、症状の軽減が期待できます。

