

令和3年度

事業報告書

自 令和 3年 4月 1日

至 令和 4年 3月31日

社会福祉法人甲西厚生会

和成こども園

## 1 総括について

社会福祉法人甲西厚生会の運営方針及び和成こども園の事業計画の下に、施設の整備並びに保育内容の質の向上を図るとともに、心身ともに健全な乳幼児の教育・保育の場として、園児のすこやかな育成に努めた。また、昨年同様に新型コロナウイルス感染症の影響もあり、継続的な感染症対策の実施により園内での感染の発生防止に努めた。

小学校低学年の受入事業である放課後児童クラブ「明和学級」は、園同様に新型コロナウイルス感染症対策の継続により感染防止に努めた。また貢川小学校と感染者発生時の対応についても連携を図った。

特別保育事業については、放課後児童クラブ事業、病児・病後児保育（体調不良児対応型事業、延長保育事業、加配保育士等配置事業、障害児保育対策事業、保育所等特別保育事業（1歳児保育事業）及び療育加算事業などを実施した。

教育・保育内容としては、園児が「諦めないで頑張る力」、「協力する力」を培うことができるよう、年齢別に和太鼓（5歳児）、英語で遊ぼう、体育指導などの情操教育に努めた。“継続は力なり”という言葉があるが、卒園時には、ほぼ全員が逆上がりができるなど、心身ともに大きく成長した姿が見られた。

また、三世代共存の家庭教育を理念に「三世代揃って集う大運動会」、「祖父母に感謝する会」、「てんとう虫発表会」などを例年通り計画していたものの、新型コロナウイルスの影響に伴い内容の大幅な変更を余儀なくされた。「運動会」「てんとう虫発表会」は、幼児組のみのクラス毎の時間差で人数を制限し、手指消毒及びマスクの着用等感染症対策や実施施設の感染症対策のガイドラインを留意し開催した。未満児組に関しては、「運動会」「てんとう虫発表会」は園内で行い動画を配信した。

保護者への情報発信としては、園だよりの発行や連絡帳アプリにより園の様子を配信し保護者のニーズに配慮した。また、今年の課題であった保護者参加行事中止の際の対応については、動画配信サービス「てのりの」を導入することで教育・保育内容の可視化に努めた。

高齢者や地域住民とのふれあいについては、例年、あやめの里、やさしい手甲府、デイサービスセンター赤坂台、ゴールドエイジ山宮などの高齢者施設への慰問等により交流を図っていたが、感染症対策により今年度について

も中止となった。あやめの里の各種行事参加についても園児の参加は見送り、園長及び参加予定クラスの担任が訪問するという形をとった。

#### (1) 乳幼児への処遇について

##### ① 園児の管理について (認可定員・140名、利用定員・120名)

0歳児(生後6ヶ月)から就学前までの園児を預かり、以下のクラスを編成し、保育に取り組んだ。(3月現在135名)

・すみれ組	(0歳児)	12名
・たんぽぽ組	(1歳児)	23名
・もも組	(2歳児)	22名
・こすもす組	(3歳児)	24名
・ひまわり組	(4歳児)	28名
・きく組	(5歳児)	26名

の6組編成となっており、年間事業報告(別紙5)のとおり、行事は、年齢に応じた取り組みとし、また季節に応じた内容にするとともに、年間教育・保育計画・月案・週案を基に、園児の発達段階にも適応した取り組みを行った。

一つひとつの行事を終える毎に、園児がやり遂げたという満足感とともに、大きく成長していくのが感じられた。

保育理念である“正道明和「ひとりひとりを大切にする保育」”の基、保育目標に向かって日々努力した。

体育指導・英語で遊ぼうなどは、外部講師と保護者とが契約し、年齢に合った専門教育を受けられることから、1年が経過すると優れた成長が見られた。成長の様子については、「運動会」、「てんとう虫発表会」などを通じて感じる事ができた。

1年間の園児数は、別紙1のとおりである。

##### ② 保健・衛生管理について

園児の健康管理は、健全な教育・保育を行うためにはとても重要であることから、常日頃、注意と指導に心掛けた。具体的には、保育教諭による朝夕の視診、検温・疲労の状態、排便の様子等の個別観察を注意深く行うとともに、衛生環境においては、室内の換気・採光・温度・消毒・清掃を心掛けた。

新型コロナウイルス等感染症予防への対応としては、日常的な感染症対策と併せ、感染者発生時の対応フロー表の作成及び保健所等行政からの指導をもとに感染予防に努めた。また新型コロナウイルス感染防止補助金の活用により、全職員に対しマスク等感染症対策用品の配布を行った。

園内における新型コロナウイルス発生時の対応としては、武田消毒(株)（東京海上日動火災保険）の新型コロナウイルス対応保険の活用により、園内の消毒作業費用、対象職員のPCR検査費用、消毒用アルコール購入費用等、保険での対応ができた。

日々の園児の健康観察を通じて、看護師がサーベイランスへの登録の実施や、送迎時に保護者が把握できるよう、健康状況の報告を施設内に掲示した。

また、看護師による園児・職員の健康管理も併せて実施し、急な発熱・体調不良・怪我等の看護、流行性の風邪や伝染病等の早期発見・早期治療につながるよう、指導・管理を心掛けるとともに、保護者への連絡等も迅速に行った。また、ほけんだよりの発行や、看護師による主治医からの処方薬による与薬も実施した。

さらに、保護者が安心して仕事に臨めように、特別保育事業として、病児・病後児保育（体調不良児対応型）も実施した。

嘱託医による園児の内科健診、歯科健診、及び尿検査などを年2回（春・秋）実施し、園児の健康管理に努めた。（別紙2参照）また、職員の健康診断やワクチン接種（インフルエンザ、新型コロナウイルス）も併せて実施した。

### ③ 給食・栄養管理について

年齢の発達に応じ、栄養のバランスを考えた給食を実施した。行事食を取り入れ、食に興味を持てるよう工夫した。また、全園児の保護者への「子どもの食事調査」を実施するとともに、職員からの意見や「給食会議」を月1回開催するなどして、献立表を作成し、適温給食にも心掛けた。また、アレルギー児にも細心の注意を払って対応した。アレルギー児の保護者との面談や連絡ノートを実施して、事故を起こさないように併せて努めた。食育活動への取り組みとしては、和成ファームでの野菜の収穫を体験した。例年実施していた行事のお菓子作りについては感染症対策の為中止となった。（別紙3参照）

### ④ 安全管理について

園児の安全管理については、送迎時、警備員を進入道路や園庭に配置することで交通事故防止に努めた。保護者に対しても、園児の送迎時の安全管理

の徹底を図るよう指導を行った。また、園児が楽しく安全に遊べるよう、遊具の点検を年一回定期的実施するとともに、園児に対して遊具の使用方法についても併せて指導を行った。

近年、凶悪な事件が多発しており、安全面の強化として、警備会社への警備委託、監視カメラの設置、職員による安全確認、送迎の際の I D 証の確認、玄関出入口の施錠や保護者以外の方の送迎連絡の徹底などを強化した。さらに、園外保育を通して交通安全指導を行い、実際に歩道を歩きながら車の危険性や横断歩道の渡り方など、体験を通じて学べるよう指導した。避難訓練については、毎月 1 回実施したが、毎回、真剣に訓練に取り組むとともに、改善点等がある場合には、その都度、検討を行った。

防災訓練については、例年、甲府西消防署に協力を依頼し行っていたが、先方の新型コロナウイルス感染防止対策により園をはじめとする児童福祉施設等には派遣が不可能になった為、中止となった。引渡し訓練についても引渡し時の密集を避けることが困難な為、中止とした。

避難訓練の実施状況は、別紙 4 のとおりである。

## (2) 職員の処遇について

### ① 健康管理について

職員が振替休日や有給休暇を取得し、リフレッシュ等ができるよう、勤務割表に基づき、勤務体制の充実に努めた。また、職員が疲労困憊にならないよう、時間内での勤務を徹底するとともに、時間外勤務が生じないように、職員間での協力体制の構築に努めた。休憩についても勤務時間に応じ適切な休憩をとれるよう配慮した。また、年次有給休暇についても最低 5 日の取得を職員に通知し計画的な取得ができるよう努めた。

さらに、自宅に持ち帰っての保育日誌の作成などの業務を生じないように、勤務中に保育記録などの作成ができるよう、I C T ( i P a d ) の活用を図った。

健康診断を年 1 回実施し、職員の健康管理に努めた。

また、保育教諭・給食職員等の検便（最低月 1 回）を行うとともに、新型コロナウイルスワクチンやインフルエンザワクチンの接種を実施するなど、感染予防に努めた。

## ② 労務管理について

職員が、気軽に社会保険労務士に労務管理に関する相談ができる体制継続するとともに、就業規則、給与規程等を適宜見直し、これの周知徹底を図り、規律ある体制の下、各職員の職務分担を定め、秩序ある保育が行えるよう努力した。

また、各職員に対し自己評価を行い、改善方法などを考えさせ、改善に向けての努力を促した。

職員会議・リーダー会議を毎月1回開催し、月間目標や行事等について協議を行い、職員間での情報等の共有化や、職員の資質の向上等に努めた。非常勤職員の雇用に当たっては、社会保険労務士の指導の下、労働条件通知書の作成を行った。

## ③ 資質向上について

外部研修が軒並み中止となる中、年度後半にはオンライン研修を行う団体が増え、可能な限り研修に参加し自己研鑽に努めた。

また、年度途中より山梨県保育協議会主催のキャリアアップ研修も再開され、人数制限はあったものの5名の職員が受講することができた。

## 2 関係校との連携について

### (1) 実習生の受入れについて

山梨県立大学、山梨学院大学の要請により、実習生の受入れを行った。

### (2) 小学校との連携について

例年予定された小学校との交流の行事が中止となる中、園長の貢川小学校への訪問により小学校との連携を図った。卒園児の教育・保育要録を作成し、小学校就学に繋げた。

### 《就学先》

貢川小・池田小・舞鶴小・新田小・羽黒小・大國小・押原小・竜王南小  
双葉東小・八代小・南湖小・駿台甲府小〔12校〕

《本年度までの卒園児累計》 1, 920名

### 3 家族との関わりについて

- ・園だよりの発行〔毎月発行〕
- ・幼児組だより・未満児組だよりの配信〔月2回配信〕
- ・給食だより・献立表・食育の発行〔毎月発行〕
- ・ほけんだよりの発行〔毎月発行〕

### 4 外部機関との関わりについて

#### (1) 行政機関との連携について

気になる子ども・家庭の情報提供・相談

#### (2) 発達障害について

発達支援コーディネーター・臨床心理士などの専門家に診断を依頼し、相談の機会を持った。

#### (3) 病後児保育（こどもの森クリニック）と連携について

病児・病後児保育（こどもの森クリニック）との連携に努めるとともに、職員の予防接種（インフルエンザワクチン）を依頼した。

#### (4) 学校薬剤師設置について

幼保連携型認定こども園への移行に伴い、学校薬剤師の設置が必要となり株式会社グッドメディカル 内藤凜先生に就任いただく。

### 5 会計報告について

会計基準に沿った当法人の経理規程に基づき、迅速かつ適正に事務処理を行うとともに、収支予算書（補正予算については年2回実施）に則り、適正かつ正確に事務執行に努めた。さらに、会計業務外部委託会社との連携を密にし、事務の効率化を図った。

月	令和3年度 園児数							職員数			
	甲府市	甲斐市	昭和町	南アルプス市	笛吹市	北杜市	計	常勤	非常勤	計	
4	100	11	4	2	4	1	122	19	22	41	
5	100	11	4	3	4	1	123	19	22	41	
6	100	11	4	3	4	1	123	19	24	43	
7	103	11	4	3	3	1	125	19	25	44	
8	103	13	4	3	3	1	127	19	25	44	
9	103	13	4	3	3	1	127	19	25	44	
10	107	13	4	3	3	1	131	19	25	44	
11	107	13	4	3	3	1	131	19	25	44	
12	109	14	4	3	3	1	134	19	25	44	
1	110	13	4	3	3	1	134	19	25	44	
2	110	13	4	3	3	1	134	19	25	44	
3	111	13	4	3	3	1	135	19	25	44	
計	1,263	149	48	35	39	12	1,546	228	293	521	



# 令和3年度 保健室事業報告書

別紙 2

月	4・5・6月	7・8・9月	10・11・12月	1・2・3月
目標	個々の健康状態を把握すること 新型コロナウイルス対策(毎日の検温・手洗い・消毒・換気・マスク着用(幼児組))			
結果	熱中症予防に努める 新型コロナウイルス感染症対策拡大の徹底に努める (園内消毒・玩具消毒を行う) うがい・手洗い・咳エチケット・風邪・感染症・新型コロナウイルス感染症予防等に努める (園内消毒・玩具消毒を行う) 感染症・新型コロナウイルス感染症予防に努める (検温・消毒・手洗い・換気・マスク着用・体調管理・園内消毒・玩具消毒を行う)			
0歳児	体調不良の時は、無理をせず様子観察を行う	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
1歳児	尿検査1次	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
2歳児	尿検査1次	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
3歳児	尿検査1次	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
4歳児	尿検査1次	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
5歳児	尿検査1次	水分補給・衣類の調整・歯科健診	水分補給・衣類の調整	歯科健診
保健指導	体調不良の場合は、早期のお迎え・受診を勧める 衣服の調節	尿検査結果の異常時には受診を勧める。内科健診に治療が必要と判断された場合は、受診を勧める 衣服の調節	嘔吐・下痢症状が認められたら受診を勧め24時間安静を促す 尿検査結果の異常時には受診を勧める 感染症予防のため手拭きタオルからペーパータオルへ切り替	嘔吐・下痢症状が認められたら受診を勧め24時間安静を促す 尿検査結果の異常時には受診を勧める 感染症予防のため手拭きタオルからペーパータオルへ切り替
特記事項	病児保育事業実施報告(毎月)	新型コロナウイルス感染症(職員)	新型コロナウイルス感染症(職員)	新型コロナウイルス感染症(職員)

内科健診

別紙 2

令和3年6月30日(水)

	人数	異常なし	不検査	コメント
きく	26	26	0	アトピー性皮膚炎(1)全身色素沈着(1)心雑音(1)鼻炎(4)扁桃腺肥大症(2)乾燥肌(1)
ひまわり	28	28	0	扁桃腺肥大症(2)乾燥肌(1)
こすもす	24	24	0	扁桃腺肥大症(2)鼻炎(1)湿疹(2)乾燥肌(1)移動性嚙丸(1)小児糖尿1型(1)
もも	20	19	1	風邪(2)口臭(1)乾燥肌(1)アトピー性皮膚炎(1)右側停留精巣(1)舌状短縮(1)腎部のへこみ(1)
たんぼぼ	21	20	1	水いぼ(1)風邪(2)湿疹(2)O脚(1)
すみれ	5	5	0	左顔面毛細血管腫(1)

令和4年1月19日(水)

	人数	異常なし	不検査	コメント
きく	26	24	2	鼻炎(1)アトピー皮膚炎(1)全身色素沈着(1)扁桃腺肥大症(1)心雑音(1)移動性嚙丸(1)包茎(1)水いぼ(1)
ひまわり	28	28	0	鼻炎(3)扁桃腺肥大症(1)後鼻漏(1)包茎(1)肥満(1)斜視(1)
こすもす	24	24	0	扁桃腺肥大症(5)鼻炎(1)風邪(2)乾燥肌(1)アレルギー性鼻炎(1)包茎(1)右側移動性嚙丸(1)小児糖尿1型(1)
もも	21	21	0	後鼻漏(1)風邪(1)湿疹(1)乾燥肌(2)扁桃腺肥大症(1)結膜炎(1)包茎(1)腎部のへこみ(1)
たんぼぼ	21	21	0	心雑音(2)風邪(1)後鼻漏(1)水いぼ(1)扁桃腺肥大症(1)O脚(1)
すみれ	12	6	6	左顔面毛細血管腫(1)

歯科健診

令和3年8月19日(木)

	人数	虫歯なし	虫歯あり	不検査
きく	26	13	5	3
ひまわり	28	21	4	3
こすもす	24	18	6	0
もも 3歳児	8	6	0	2

令和4年3月17日(木)

	人数	虫歯なし	虫歯あり	不検査
きく	26	21	5	0
ひまわり	28	25	3	0
こすもす	24	17	5	0
もも 3歳児	22	20	0	2

# 令和3年度 給食事業報告書

別紙3

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
月目標	食事の習慣を身につけながら友達と楽しく食事をしよう	嫌いな食べ物でも少しずつ食べよう 正しく手を洗おう	暑い夏バテに負けない健康で丈夫な身体をつくる	正しい食事の習慣を身につけ、風邪を引かない身体をつくる	寒さや病気に負けないように、好き嫌いせず良く噛んで食べる	野菜を育てることで食事の大切さがわかり、食事の準備、後片付けも進んで行う						
結果	0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児	最初は泣いていたりしていた子供も給食に慣れることができた	正しい洗い方を知らず、清潔を保つことができた	色々な食材に少しずつ慣れてきた	暑い夏バテに負けない健康で丈夫な身体をつくる	自分たちの食へきれい量を知ることができた	フオーンを上手に使用して、こどができた	食事のマネーなどもしっかり理解し、身に付けている事ができた				
行事食	子どもの日 (柏餅)	七夕給食 (お祭り給食) 土用丑の日	十五夜 運動会応援給食 (カツカレー) 十三夜 ハロウィン	七五三 (ゼリー・飴)	冬至 学童会頑張ろう給食 (カツカレー)	鏡開き 七草がゆ	節分給食 ハレンタイン	ひなまつり ・ひなちらし ・三色ゼリー ホワイトデー リクエスト給食				
食育活動	柏餅作り (給食室)	じゃがいも掘り (こすもす組)	お泊り保育 (きく組)	十五夜 お団子作り (給食室)	十三夜 お団子作り (給食室)	さつまいも掘り (きく組)	大根掘り (ひまわり組) 焼き芋大会 (きく組) 餅つき体験 (幼児組) ※コロナ対策のため、翌日継ぎでつくった餅を提供した	どんどこ焼き用 お団子作り (きく組) ※コロナ対策のため、お飾り用のみ				
給食会議	4月15日	5月13日	6月21日	7月15日	8月11日	9月17日	10月21日	11月17日	12月14日	1月14日	2月10日	3月16日

## 令和3年度 年間給食状況の報告

別紙3

### ○年間目標

- ・子どもたちに食文化を伝え、自ら作ることを体験する。
- ・調理方法や盛り付け等を工夫し、栄養バランスのとれた美味しい食事を作る。年齢に合わせて食べやすい大きさ、形、硬さ等を考慮し調理にあたる。
- ・味覚などの五感や咀嚼力を育てていく。
- ・旬の食材を取り入れ、季節感のある献立にする。
- ・新鮮かつ安全な食品を選び、多くの食品を提供していく。
- ・素材を活かし、手作りを心がけて適温給食を提供する。
- ・望ましい食習慣の形態をはかる。(食教育・マナー)
- ・食物アレルギー園児に対しての除去食、代替食を配慮していく。
- ・調理室内、調理器具は常に清潔にし、給食職員の衛生管理を徹底し食中毒を出さない。
- ・野菜づくり(和成フレーム)、行事食などを通し、食文化・命の大切さを教える。
- ・バイキング給食では自分で選び、残さず適量を分かるようにする。
- ・給食日より、レシピ配布などを通し、保護者に食に関する情報を提供していく。

### ○年間行事食

- |     |   |              |
|-----|---|--------------|
| 5月  | — | こどもの日        |
| 7月  | — | 七夕・土用丑の日     |
| 9月  | — | 十五夜          |
| 10月 | — | 十三夜・ハロウィン    |
| 12月 | — | 冬至・クリスマス・餅つき |
| 1月  | — | 七草がゆ・鏡開き     |
| 2月  | — | 節分・バレンタイン    |
| 3月  | — | ひな祭り・ホワイトデー  |

### ○3年度給食目標に対する実績

- ・野菜収穫、もちつき体験、どんど焼きの団子作りなどを通し、日本の食文化を学び興味を持つことができた。
- ・苦手な野菜は、調理方法や切り方を工夫して栄養バランス・旬のもの・彩りなど見た目でも美味しく食べられる給食づくりの工夫をした。
- ・行事食に力を入れ、子どもたちに食の大切さ、楽しさを伝え学ぶことができた。
- ・栄養も考えつつ給食費を工夫した。
- ・素材の味を活かせるように薄味にし、素材の味を活かせるメニューを積極的に取り入れた。
- ・給食に手作りを心がけて適温給食を提供する事が出来た。
- ・食材は未満児と幼児組で切り方を変え、硬さや味付けを配慮して調理を行った。
- ・食物アレルギー園児に関しては、希望する保護者と給食ノートを取りし、各家庭との連絡を密に行った。
- ・給食職員で衛生管理を徹底し、調理室内や器具は常に清潔に保つよう努力した。
- ・フレームの野菜を園児自らが収穫し、採れたての食材を給食で調理し提供することができた。
- ・給食日よりや、園で人気のレシピ、簡単に作れる料理のレシピの配布をすることで、保護者に園での情報や食に関する情報提供を行うことができた。
- ・保護者からの質問や相談にも応じ、新入園児には面談をしながら、離乳食・アレルギーについても個々に対応することができた。

# 令和3年度 避難訓練実施状況

別紙 4

月	実施日	園児数	児童他	職員数	想定	避難時間	避難場所	担当者
4	15	117		25	火災	4分56秒	園庭	落合
5	20	121		23	地震	3分15秒	園庭	宮坂
6	25	119		17	火災	5分5秒	園庭	中野
7	26	125		26	水害	4分13秒	園舎2階	山口
8	30	98		20	地震	3分30秒	園庭	笠井
9	27	117		23	火災	5分3秒	園庭	橋本
10	27	131		22	地震	3分37秒	園庭	篠田
11	15	125		22	火災	3分23秒	園庭	河西
12	9	116		29	不審者	—	園庭・保育室	橋田
1	31	125		20	地震	3分55秒	園庭	望月
2	28	124		17	火災	3分44秒	園庭	井出
3	29	117	19	20	地震	4分11秒	園庭	佐野

\* 防災訓練:9月1日(火)実施予定 → **新型コロナウイルスの影響により中止**

\* 引き渡し訓練:新型コロナウイルスの影響により中止

令和3年度

## 年間事業報告

月	行事	処遇	会議・研修	その他	
4月	辞令交付式	1日	避難訓練	職員会議	保護者会総会
	入園式	3日	発育測定	給食会議	中止
	キッズサッカー教室	16日	給食職員検便	甲府市保育士会定期総会	中止
	子どもの日記念撮影	30日			
5月	母の日プレゼント製作	14日	春の尿検査	職員会議	県立大サービスラーニング①
	体育指導参観	19・26日	避難訓練	給食会議	26日
			発育測定		
			給食職員検便		
6月	きく組個別懇談	7～11日	春の尿検査2次	職員会議	県立大サービスラーニング②
	歯磨き指導	4日	避難訓練	給食会議	23日
	時の記念日	10日	発育測定		
	わくわくコンサート	10日	給食職員検便		
	ひまわり組個別懇談	21～25日	内科健診		
	プール開き	28日			
7月	星まつりWEEK	5～16日	引き渡し訓練	職員会議	発達コーディネーター来園
	こすもす組個別懇談	12～16日	避難訓練	給食会議	28日
	英語参観(年少のみ延期)	6～10日	発育測定		県立大サービスラーニング③
	きく組園外お泊り保育	13～17日	給食職員検便		14日
8月			避難訓練	職員会議	学院大保育実習2年
			歯科健診	給食会議	16～28日
			発育測定		学院大保育実習1年
			給食職員検便		30～9/11日
9月	あやめの里慰問	中止	避難訓練	職員会議	帝京短期大学
			防災訓練	給食会議	13～28日
			発育測定		
			給食職員検便		
10月	秋の大運動会(幼児組のみ)	9日	秋の尿検査1次	職員会議	
	運動遊び(3歳未満児)	11～15日	避難訓練	給食会議	
	英語参観(年少)	12日	発育測定		
	あやめの里秋まつり	不参加	給食職員検便		
	ハロウィン	26日	新型コロナワクチン接種		
11月	七五三祝い風船飛ばし及び記念撮影	13日	秋の尿検査2次	職員会議	法被通園
	どんぐり・落ち葉拾い遠足	1.5.12.19日	避難訓練	給食会議	8～12日
	さつまいも掘り	16日	発育測定		
			給食職員検便		
12月	てんとう虫発表会(幼児組のみ)	延期	避難訓練	職員会議	
	クリスマス会(各クラス)	11日	発育測定	給食会議	
			給食職員検便		
1月	年始の会	4日	内科健診	職員会議	貢川小学校先生訪問
	餅つき	6日	避難訓練	給食会議	見送り
	あやめの里にてどんど焼き	中止	発育測定		
	席書き大会	13日	給食職員検便		
	きく組個別懇談	17～24日	職員一斉PCR検査		
2月	てんとう虫発表会(幼児組のみ)	29日			
	入園説明会	2日	避難訓練	職員会議	県立大学保育実習
	節分	3日	発育測定	給食会議	7～22日
	保育参観(未満児組)	動画配信	給食職員検便		てんとうむしグループふれ合い会
	体育指導参観(幼児組)	9・16日			中止
3月	お別れ遠足	25日			
	保育参観(幼児組)	動画配信	避難訓練	職員会議	法被通園
	お別れ会	23日	発育測定	給食会議	1～7日
	卒園式	26日	給食職員検便		
			歯科健診		



# ほけんだより 4月



令和3年 4月 23日  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 看護師 内藤 正子

ご入園・ご進級おめでとうございます。新しいお友達を迎えて、新年度がスタートしました。緊張したり、不安があったりで、心身ともに疲れやすくなっています。ご家庭でもゆっくり過ごして生活リズムを整え、元気で楽しく園生活が送られるようにしましょう。

## 〈 集団生活において予防すべき感染症 〉

保育園で元気に過ごせるよう、感染症に罹ったら、必ず医師の指示があるまで家庭療養をお願いします。医師の許可がないうちに登園すると感染症が広がる恐れがあります。ご理解ご協力をお願いいたします。登園時には、必ず登園許可書を提出してください。

下記の感染症は出席停止となります。

- ・インフルエンザ⇒発症した後、5日経過し解熱後3日経過するまで登園停止
- ・はしか（麻疹）⇒解熱後3日経過するまで登園停止
- ・風疹⇒発疹が消えるまで登園停止
- ・水ぼうそう（水痘）⇒発疹が、すべてかさぶたになるまで登園停止
- ・プール熱（咽頭結膜炎）⇒症状が消えてから、2日経過するまで登園停止
- ・手足口病⇒熱が下がり、1日以上経過して普通に食事が取れれば登園可能
- ・おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）⇒耳の下の腫れが発現し5日、全身状態が良くなるまで登園停止
- ・溶連菌感染症⇒適切な抗菌薬による治療開始24時間経過し、感染の恐れがなければ登園可能
- ・ヘルパンギーナ⇒熱が下がりのどの痛みがとれ、食事が普通に取れれば登園可能
- ・リンゴ病（伝染性紅斑）⇒全身状態が安定すれば登園可能
- ・ウイルス性胃腸炎（ノロ・ロタなど）⇒下痢・嘔吐が回復し全身状態が安定し食事が取れたら登園可能
- ・とびひ（伝染性膿痂疹）⇒患部がじくじくしている部分をガーゼなどで覆うと登園可能
- ・突発性発疹⇒解熱後1日以上経過し、発疹の赤みが取れ・食欲・ぐずりがなくなったら登園可能

★熱が下がったり・下痢がなくてもすぐに登園せずに、翌日は安静にお休みをすると回復が早いです。

基本的には、医師の許可での登園になりますが、登園後にまた下痢・嘔吐・発熱等の症状があり、感染が広がってしまうというケースも多くありました。登園としても引き続き下痢・嘔吐等の対応、処理には十分配慮して行なっていますので、症状がなくても一日は様子を見て頂き、機嫌が良く・食事が通常に摂れることを目安に登園をお願いします。

こどもが病気の時、保護者の方が仕事などの理由でどうしてもそばに居てあげられない場合には、一時的に保育をしていただける保育室があります。病院内なので安心して預けることができます。

**こどもの森クリニック内**  
**医療法人聖愛会**  
**病児・病後児保育室バンビ甲府西**  
**甲府市富竹1-3-10 055-288-8222**

事前に登録が必要になります。  
 登録をご希望する時、わからないことなどがありましたらお声かけをお願いします。

## 園医の先生方です

〈小児科〉こどもの森クリニック  
 森 浩行先生 甲府市富竹1-3-10  
 055-269-8080  
 〈歯科〉堀田歯科医院  
 堀田一男先生 甲府市貢川本町8-33  
 055-228-1351



※日曜日・連休中に急な発熱・けがなど救急センターを利用する時は、事前に救急センターに連絡を入れてください。  
 甲府市医師会救急センター 055-225-3399 必ず、救急病院を受診したあとは主治医を受診してください。

★今年は『ほけんニュース』という新聞もご家庭に配布します。そちらも是非ご覧ください。



# ほけんだより 7月



令和3年 6月 29日  
社会福祉法人 甲西厚生会  
和成 こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

新型コロナウイルス感染症の影響が続く中、気温・湿度がともに上がる季節を迎えています。この時期に増える他の感染症・熱中症など注意が必要です。水分補給や体調管理には十分に気をつけたいと思います。

## 夏に多い感染症

### ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1~4日くらいで解熱します。



### プール熱

プールで感染することもあり、高熱が3~5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。食事は消化のよい物を食べましょう。



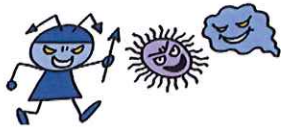
### 手足口病

手の平、足の裏、口の中に水ぼうがで、発熱することもあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。



### 流行性角結膜炎

目が腫れ、充血し、普段より多く目やにや涙が出ます。周りの人への感染源となるので、タオルは共有しないようにしましょう。



## 【水筒・口ふきタオルの衛生管理】

ストローマグ・水筒・口ふきタオル・エプロンなどが黒カビなどで汚れているのを目にすることがあります。

マグ・水筒の蓋やパッキン・ストローは洗浄や消毒を怠ると細菌が発生しやすく不衛生になります。

使用後は、ご家庭で洗浄・消毒をして常に衛生に使用できるようにしてください。

- \* ブラシやスポンジを使い、台所洗剤で洗って乾燥させる。
- \* パッキン・ストローなどは、キッチンハイターなどを使って消毒を行ったり、もしくは熱湯消毒も効果があります。
- \* エプロン・口ふきタオルの黒カビは、ワイドハイターなどを使用することで清潔を保つことができます。
- \* 定期的買い換え・作り変えもお願いします。

## 【熱中症に気をつけよう】

熱中症は、日射病、熱射病などの総称です。日射病は、戸外で強い直射日光にさらされることが原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いたたために起こることが原因です。

### 予防のポイント

- \* 日中は帽子をかぶって外出をしましょう。日除けのあるベビーカーも照り返しで暑くなるので、散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- \* 炎天下での遊びは、長時間に及ばないように注意しましょう。海や屋外プールなどの水辺でも、30分毎に日陰で休息をとるようにしましょう。
- \* 肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れた衣服を選びましょう。
- \* 水分補給は、こまめに行うように心がけましょう。







# ほけんだより 9月



令和3年 9月 29日  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 看護師 内藤 正子

心なしか、朝晩は冷え込み、虫の声も聞かれるようになってきました。少しずつ秋の足音が近づいてきています。また、日中は気温が上昇する日も見られます。衣服の調整・体調管理に気を付け、夏の疲れも出やすい時期になっていきますので、食事をしっかり摂り、夜はゆっくり休息をとるように心がけましょう。



## 緊急時に備えよう!!



9月は、「救急の日・防災の日」先日も他県での大雨による土砂崩れ・河川の氾濫に見舞われた地域もあり、避難所生活を余儀なくされていきました。もしもの時に何を持って避難したらよいのでしょうか？新型コロナウイルスの流行している最中での避難所で、私たちが気を付けることはどんなことでしょうか？

### 【持っていくものリスト】リュックサックに入れましょう。

- ・水（最低でも1人あたり500ml×4本が理想。2ℓの物は直接口をつけると腐りやすいので、紙コップなどに注いでから飲むことが望ましい。
- ・乾パン、飴、チョコレートなどの食品・ラジオ・ライト・タオル・軍手・マスク・消毒用アルコール・着替え・救急セット（絆創膏、ガーゼ、体温計、常備薬）ビニール袋・身分証明書・現金・筆記用具・アルミブランケット（日よけ、保温）
- 〔おむつ、おしりふき、哺乳瓶、粉ミルク離乳食、ビニール袋、離乳食など〕



### 【避難場所で注意すること】

- 避難所内は、ソーシャルディスタンスが保たれにくいことがあります。段ボールで仕切りを作ったり、ワンタッチ式の簡易テントなどを活用しましょう。それも難しい場合は、背を向き合って座るなどして、できるだけ対面にならないようにしましょう。
- ・咳や発熱などがある場合は、早めに報告をしましょう。
- ・トイレやドアノブなどに触れた後は手洗いまたはアルコール消毒をしましょう。



### 保健室よりお願い!!

- \*10月20日(水)秋の検尿検査があります。容器等は後日お渡しします。
- \*熱があがり園を早退、自宅で熱があり欠席した場合、解熱後24時間経過し食欲が普通に帰り、元気があつての登園をお願いします。
- \*咳が酷いときは、集団生活なので咳が少し治まったの登園をお願いします。
- \*給食時に使用するエプロン・口拭きタオルなどにカビが見られます。汚れが酷いときは新しい物に交換をお願いします。
- \*爪が伸びていると怪我などを引き起こす原因となります。衛生面からも週に一度は確認をし短めに切ってください。
- \*前髪が目に入る・髪の毛が口に入るなど日常に見られますので、長い場合は切るかゴムで縛ってください。



ほけんだより 10月



令和3年10月15日  
社会福祉法人甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

10月になり、葉っぱの色が赤や黄色へと色付き始めました。落ち葉や木の実を拾う子供たちも秋から冬への変わりを感じているようです。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、風邪予防はしっかり行いましょう。

## ▼マイコプラズマ感染症▼

最初のかぜと似た症状が現れ、1～2日遅れて咳が出始め、1ヵ月くらいしつこく続くのが特徴です。特に早朝や就寝前に、ひどく咳込む傾向があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は治療薬があるので受診をしましょう。**潜伏期間（14日～21日）**が長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので、消毒薬を使用することで予防ができます。**咳で感染が広がるため、手洗い・うがいなどもこまめに行いましょう。**また、かぜやインフルエンザと同様、免疫力が弱っている時にかかりやすいので、栄養や睡眠をしっかりとり、規則正しい生活を心がけましょう。

※今年は、マイコプラズマ感染症・RSウイルス感染症が流行されると報道されていますので、人込みの多い場所は控えるように心がけ、こまめな「手洗い・うがい・マスク着用」を行いましょう。



## 室温管理・換気

部屋の中を温め過ぎると、空気が乾燥し、具合の悪くなる子が出てきます。**設定温度は18～20℃を目安**に、なるべく足元を中心に温め、上半身は温め過ぎないようにしましょう。また、1時間に1回は窓を開けて空気の入替えを行い、加湿器などで部屋の湿度を保ちましょう。加湿器がなくても、室内に洗濯物を干したり、コップ一杯の水を暖房器具の近くに置いたりすることで、部屋が乾燥しにくくなります。



手洗い・うがいは風邪や感染症の予防につながります。体力が弱った体に入ろうとチャンスを狙っていますので、外遊びの後・トイレの後・食事の前にはしっかりとうがい・手洗いを習慣つけましょう。コロナ対策・風邪予防対策にマスク着用を行いましょう。



# ほけんだより 11月

令和3年11月26日  
社会福祉法人 甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

朝晩は白い息が見えるほど寒くなり、冬の足音を感じる時期となりました。気温に合わせて衣類を調節し、うがい手洗いを心がけましょう。

## インフルエンザとかぜは何が違うの？

かぜは、喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。突然の高熱が出たら病院で診てもらいましょう。インフルエンザの診断を受けた場合には、医師の登園許可書が必要となります。

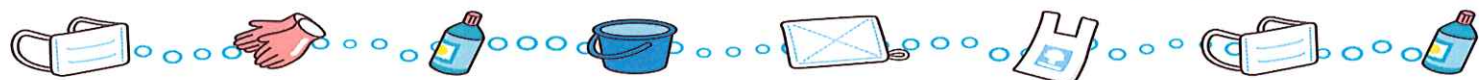
**\*登園基準→発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで**

### 予防接種について

発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。ワクチンは効果を発揮するまでに約2週間かかり、半年程度効果が期待できます。急性の病気にかかっている場合や、発熱している子は予防接種を避けたほうがよいでしょう。

### インフルエンザかも！？

- ・進行が速い・38℃以上の高熱
- ・寒気が強い・激しい頭痛や筋肉痛
- ・咳がたくさん出る



## 嘔吐物の処理方法

嘔吐物（おうとぶつ）は、二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクで体を覆って嘔吐物に直接触れないようにしましょう。

### 用意する物

- ・使い捨て手袋
- ・使い捨てマスク
- ・バケツ
- ・雑巾
- ・ビニール袋
- ・消毒液（塩素系漂白剤など）
- ・使い捨てエプロン（あれば）

### 手順

- ①手袋（できればひじまで隠れるもの）をして捨ててもよい布や紙で拭き取ります。
- ②拭き取った物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ③汚れた床は、消毒液（漂白剤等）などを薄めて拭きます。
- ④処理の後は十分な換気を行きましょう。



子どもだけではなく大人にも感染する胃腸炎があります。ウイルス性胃腸炎（嘔吐、下痢・ロタウイルス、ノロウイルス）など。家族内で胃腸炎を広げないポイントが3つあります。

- \*手洗いと換気**  
手洗いは汚れの残りやすい、爪の間、親指の周り、手首、指先。換気は入口、部屋の窓を開け、風の通り道を作る。
- \*嘔吐物・便の片付け方**  
家庭で消毒液がすぐに作れます。500mlのペットボトルに水を入れ、キッチンハイター（塩素系漂白剤）キャップ2杯入れて良く振ってから使用してください。
- \*汚れた衣類の洗濯方法**  
水20ℓにキッチンハイター（塩素系漂白剤）キャップ2杯を入れたものに30～60分間浸します。色落ちが心配なものは、85℃以上の熱湯に1分以上浸すと良いと言われています。

園でも嘔吐があった場合には、他園児を別室に移動させ、上記の処理を職員が行います。集団生活では感染リスクが高まりますので、嘔吐・下痢症状があった時には受診をし、嘔吐・下痢症状が24時間なく普通食を食べられることを確認してからの登園をお願いします。



早いもので今年も後半月となりました。子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みと楽しみがいっぱいの月です。コロナウイルスも落ち着き、年末年始は外出や来客なども多くなり、生活習慣が乱れがちになりやすいので睡眠・食事・病気・事故などには気を付けて過ごしてください。

## かぜからくる 急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気をつけたいのが「急性中耳炎」。鼻水が耳管（鼻と耳をつなぐ管）を通して耳に流れ込み、炎症を起こします。子どもは耳管が短くて太いため、急性中耳炎になりやすいのです。

高熱

症状

一時的な難聴、閉塞感

激しい耳の痛み



予防

- 鼻水はこまめにとる
- はなは強くかまない。片方ずつ、やさしくかむ

繰り返しやすい、滲出性<sup>しんしゅせいいん</sup>中耳炎に移行しやすいので、きちんと治すことが大切

## 年末年始の急病は？

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

甲府市幸町 14-9 ☎055-226-3399

甲府市医師会救急医療センター

\*救急医療センターを受診した後は、必ずかかりつけ医に受診を行きましょう。その際は、登園時にご報告してください。

※ 熱があつて早退・欠席した場合、翌日熱が下がったので登園する園児がいますが24時間様子を見て頂いてからの登園をお願いします。

## ～感染性胃腸炎にご注意ください！！～

- 1、**感染性胃腸炎とは**→細菌やウイルスなどの病原体により、腹痛や下痢・嘔吐などを引き起こす感染症です。**毎年秋から冬にかけて流行**します。
- 2、**原因と感染経路は**→ノロウイルス・ロタウイルスなどのウイルスの他、細菌や寄生虫もあります。ウイルス 感染による胃腸炎が多いです。
- 3、**症状は**→病原体により異なりますが、潜伏期間は1～3日程度です。ノロウイルスによる胃腸炎では、**吐き気・嘔吐・下痢・発熱・腹痛**であり、小児では嘔吐が多いです。ロタウイルスによる胃腸炎では、嘔吐・下痢・発熱が見られ、乳児では痙攣を起こすこともあります。
- 4、**治療は**→特別な治療はなく、症状に応じた対症療法がおこなわれます。乳幼児では下痢等による**脱水症状を生じることがある**ので、早めの医療期間を受診することが大切です。
- 5、**登園基準は**→嘔吐・下痢が収まり24時間経過し普通食を食べれることを確認してからの登園をお願いします。



# ほけんだより 1月



令和4年1月17日

社会福祉法人 甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

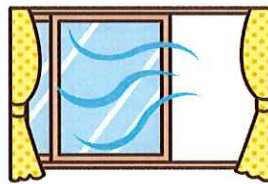
あけましておめでとうございます。新しい年がスタートしましたが、もう今年の目標は立てたでしょうか？ぜひ「風邪をひかない」「手洗い・うがいを必ずおこなう」などの健康についての目標も立ててみましょう。本年が皆様にとって素晴らしい1年となるとともに、食事・運動・睡眠のバランスを大切に、心身ともに健康に過ごせますようお祈り申し上げます。

## 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう

## 乾燥が気になる季節です。子どものスキンケアを忘れずに

### 《子どもの肌は荒れやすい》

園でも皮膚が乾燥しているお子様が多くなり、目立つようになってきました。子どもの皮膚は大人に比べて皮脂の分泌が少なく、肌のバリア機能が未発達です。乾燥すると、そのバリア機能が失われるため、肌のトラブルを起こしやすいです。そのため、空気が乾燥する冬の季節は、カサカサになって白く粉をふいたようになることもあります。皮膚の痒みが強くなって、掻きこわしてしまうと、炎症を起こしてしまいます。

炎症が酷くなると「とびひ」になることもありますので十分に注意してください。入浴剤・保湿剤でスキンケアをしても、あまり改善が見られない場合は、皮膚科を受診するようにしてください。病院での処方された軟膏などは、必要な場合は園でも対応可能ですので、与薬依頼書と一緒に園に持たせてください。

### 新型コロナウイルス感染症の感染予防が必要です

※新年を迎え、新型コロナウイルスの感染者が急増しています。職員も毎日の検温を行い、体調の異変がある場合は、病院受診を受診し、出勤を控えるなど、健康管理に努めています。園児・保護者の皆様におかれましても、外出時はマスク着用等感染対策を行い、外出から帰ってきてからも「うがい・手洗い・消毒」を行いましょう。

感染症が増えている地域や人の多い場所への外出はなるべく避けてください。



# ほけんだより 2月



令和4年 2月18日  
社会福祉法人 甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

立春の声も聴かれましたが、厳しい寒さが続いています。その中でも元気いっぱいの子どもたち！低温の冬は、風邪ウイルスが大好きな季節です。また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が過去最高を突破するなど危機的な状況となっています。感染の拡大を防ぐためにも、体調不良の場合には、早めに対応をしたいと思います。保護者の皆様にもご協力をお願いいたします。

## 《どうして鼻水が出るのか？》

もともと口や鼻の中にある粘膜は、物理的バリアー機能が弱いため、異物や病原体が体内に入りやすくなっています。ウイルスなどの異物や病原体が体内に入ると、それらの定着を防ぐために、洗い流して体の外に出そうとするので、大量に粘膜や分泌物が作られるようになります。これが「鼻水」です。鼻水は自然免疫のはたらきなので、すすらずに、きちんとかんで外に出すようにすることが治る一番の近道です。くしゃみ・痰・咳も同様に異物を体の外に出して、体を守ろうとするのに役立っています。集団生活では他の人にうつさないようにマスク・うがい・手洗い・消毒の徹底も重要になってきます。



## 鼻かみは、 ゆっくりと片方ずつ

子どもが自分で鼻をかむ場合、ゆっくりと片側の鼻の穴を押さえながら、少しずつかむように教えましょう。強くいっぺんにかむと、鼓膜に圧力がかかり、中耳炎の原因になることもあります。

## 《毎年増えている花粉症について》

### 花粉症の症状はどんなものですか？

A: アレルギー性結膜炎の主症状は、目のかゆみ・充血・目の周りのむくみです。  
アレルギー性鼻炎の主症状は、くしゃみ・鼻水・鼻づまりです。  
風邪と見分けがつきにくいので、鼻水が出る時は一度受診し早めに医師に相談しましょう。

### 花粉症対策で注意することはありますか？

A: 花粉情報をこまめにチェックし、花粉の多い日は外出を控えると良いでしょう。外出し帰宅した際は、玄関先で花粉を払い落してから着替えてなるべく花粉を室内に持ち込まないようにします。顔を洗うのも効果があります。  
また、布団や洗濯物は外に干さないように心がけましょう。室内では、空気清浄機や加湿器を上手に利用することもおすすめです。花粉は、床に落ちるのでこまめに拭き掃除もしましょう。



# ほけんだより 3月



令和4年 3月 22日  
社会福祉法人甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
看護師 内藤 正子

少しずつ暖かくなり春めいてきました。たくさんの思いでいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月当初に比べ、心も体も大きく成長した子どもたち。病気やケガに気を付けて残りの日々も楽しく過ごしましょう。

## 生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

**① 早寝早起きを意識して**  
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

**② 朝ごはんを食べよう!**  
朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

**③ つんちは済んだかな?**  
朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はおんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

## 1年間、健康に過ごせました

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きのできた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



☆ つめを切って清潔に ☆

つめが伸びていると、つめと指の間にバイ菌が繁殖しやすくなるだけでなく、集団生活の中でお友達や自分を傷つけてしまうことがあります。子どものつめはすぐに伸びます。1週間に1度はお子さまのつめをチェックして、こまめに切るようにしましょう。

## 正しい体温の測り方

正しく測定するための注意点

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。測定は脇の下や耳で測定するのが一般的で、正確に測定するには、運動後や食後を避け、測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。お子さまの平熱を知っておくのも大切です。

**耳で測る体温計の場合**  
正しく測るために、鼓膜にきちんとセンサーを向けましょう。脳内温度は37~38℃あるので、脇で測るよりも高めに測定されます。また、耳垢が溜まっていると正確に測定することができないので気を付けましょう。

ほけんだよりを読んでいただきましてありがとうございました。お子様の体調管理や感染予防に努めることは時に保護者の方の負担になることもあったと思います。1年間保健活動にご理解ご協力いただきましてありがとうございました。



# 4月 給食だよ!

令和3年4月23日発行  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 栄養士 堀口 佑紀美

新年度に入り早1ヶ月が経とうとしています。環境の変化で疲れやすくなる時期でもありますので、3食バランスの良い食事を心掛け、元気に過ごしましょう。

子どもたちも、新しい環境に慣れ「今日の給食は、なんですか?」「おいしかった!」という声が沢山聞こえてくるようになりました。毎日沢山食べてくれる子どもたちを見て私たちも驚きと共に嬉しい気持ちでいっぱいです。給食には、好きなものだけではなく、苦手なものも出てくるかもしれません。不思議なことに「家では、食べないのに給食では食べるんです。」なんて声もよく耳にし、「給食マジック」とも言われています。毎年、年度末になる頃には、今より食欲もグッと増え、どのクラスも残食はなくなってくるので今からそんな成長が楽しみです。給食室では、今年度も安全・安心に努め、子どもたちの健やかな成長を栄養面からサポートさせていただきます。ご家庭でも「今日は、何食べたのかな?」「おいしかった?」と声を掛けてあげる事で、食への関心が高まります。何かわからない事や困っていること等ありましたらキッズリーヤ担任を通してでも大丈夫ですのでお声掛け下さい。一年間よろしくお願い致します。

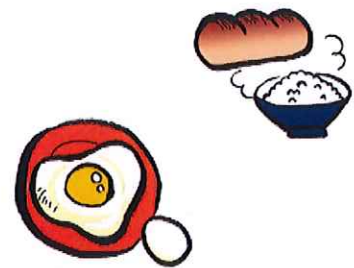


## 朝ごはんをしっかりと食べよう



朝ごはんは、1日の始まりに欠かせない大切なエネルギー源です。体や脳を目覚めさせる役割や、生活のリズムを整える役割があります。朝食をしっかりと摂る事で体が元気に働き、頭の働きも活発になります。

- ①パワーの源・主食・・・ごはん、パン、麺、シリアル
- ②筋肉や血の源・主菜・・・焼き魚、目玉焼き、ハムステーキ
- ③体の調子を整える・副菜・・・野菜サラダ、お浸し、果物
- ④汁物・飲み物・・・味噌汁、スープ、牛乳



## ～なぜ柏餅を食べるの?～



5月5日(水)は、子どもの日です。男の子の健康と成長をお祝いする日でもあります。柏の木は、次の新芽が出るまで葉が落ちない特性がある為、昔から“跡継ぎが途絶えない”と考えられるようになり“子孫繁栄”の意味が込められており、子どもの日に食べるようになりました。

\*5月6日(木)のおやつで提供させていただきます。

\*未満児は誤飲等考慮して、餅の提供を控えさせて頂いている為、鯉のぼりをイメージした“鯉のぼりサンドイッチ”を提供します。

\*毎日の給食・おやつは、ひまわり組前テラスに展示していますのでご覧下さい。







# 給食だより

令和3年6月29日発行  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 栄養士 堀口 佑紀美

梅雨に入り、ジメジメと暑い日が続く、体調も崩しやすい季節ですね。この時期は、食欲が落ちやすくなりますが、冷たい麺のみで済ませたり、食事を抜いたりすると栄養が偏り、夏バテや熱中症の原因になります。1日3食のバランスの良い食事とこまめな水分補給を心掛け、暑さに負けず元気に過ごしましょう。

## 暑さに負けない食事のポイント！！

### ★1日3食きちんと食べましょう

特に朝ごはんは大切です。朝食には脳や身体のエネルギー補給や生活リズムの調整、太りにくい身体作りなどの大切な役割があります。しっかり朝食をとり、脳を活性化させて1日を元気に過ごしましょう。

### ★たんぱく質食品をしっかり食べましょう

肉・魚・卵・大豆製品などたんぱく質を多く含む食品がおすすめです。

### ★旬の夏野菜をしっかり食べましょう

夏の日差しをたっぷり浴びて育った野菜には、豊富なビタミンや水分が多く含まれています。

#### \*疲労回復（ビタミンB・たんぱく質）

豚肉/うなぎ/カツオ/卵/大豆/モロヘイヤなど

#### \*疲労回復の効果を高める（アリシン）

ニンニク/ねぎ/玉ねぎ/ニラ/らっきょうなど

#### \*免疫力を高める（ビタミンC）

トマト/ゴーヤ/レモン/大葉/キウイなど

#### \*代謝が良くなる・食欲増進（香辛料）

わさび/胡椒/とうがらし/しょうがなど

#### \*胃腸の粘膜を保護する（ムチン）

やまいも/納豆/オクラ/なめこなど



## ★七夕★

七夕の日(7月7日)には、いろいろな願い事を書いた短冊を笹の葉に飾ったりしますが、実はそうめんを食べるという習慣もあります。園では、彩りのよいそうめんを澄まし汁に入れて野菜やハムなどを星に見立てて、子ども達がワクワクするような給食・おやつを提供したいと思います。



## ★土用の丑の日★

今年の土用の丑の日は7月28日(水)です。土用の丑の日は、簡単に言うと“季節の変わり目”のことです。日本では昔から季節の変わり目には特定の食べ物を食べたり、決まった行事を行ってきました。土用の丑の日とうなぎを食べるのもそんな習慣の一つです。

うなぎは、疲労回復に効くビタミンやエネルギー源となる脂質をたっぷり含んでいるので、夏バテ防止にはピッタリです。小骨に気を付け、是非ご家庭で召し上がってみてください。

\*園では、うなぎに見立てた“アジの蒲焼ごはん”（すみれ・たんぼぼ組は、鮭）を提供します。

7月7日(水) ☆七夕給食☆ キッズリーで配信

給食では、七夕給食を提供させていただきました。

- ・スターハンバーグ・みんな大好きハンバーグ！もちろんチーズは星形☆
- ・スターサラダ・・・・栄養もバッチリ！星形のハムがキュート☆
- ・天の川スープ・・・・カラフルなそうめんて天の川をイメージ
- ・カラフルゼリー・・・・見た目もカラフルで可愛くみんなペロリ

七夕給食にみんな大喜び！

目を☆キラキラ☆と輝かせてあっという間に完食でした。 みんなの願い事も叶うこと間違いなしですね。

是非ご家庭でもお子さんとお話してみてくださいね！



8月16日(金) お祭り給食 キッズリーで配信

ほしまつりWEEKにちなみ、お祭り給食を提供させていただきました。

☆焼きそば・・・野菜たっぷり！栄養もバッチリです！

☆唐揚げ&ポテト・・・お祭りっぽくかわいい紙コップに星のピックを添えて

☆オレンジ・・・ビタミンCたっぷり！お口直しにぴったりです！

☆星たべよ&かき氷・・・可愛い色でお祭りの定番

\*未満児さんは、かき氷の代わりにフルーツゼリーを提供させていただきました。

いつもとは少し違った雰囲気大喜びの子どもたち♡あつという間に完食でした！！

かき氷は、削りたてのふわふわを味わってもらう為、各クラス食べる時間に合わせて提供させていただきました。夢中で食べていた姿がとても微笑ましく印象的でした。是非、ご家庭でもお子さんとお話してみてくださいね！



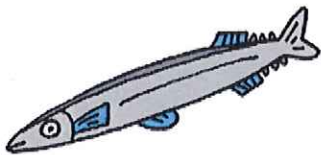


# 給食だより

令和3年9月29日発行  
社会福祉法人 甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
栄養士 堀口 佑紀美

夏の暑さも少しずつ和らぎ、気持ちの良い風が感じられる時期になりました。

さあ、秋と言えば“食欲の秋”“味覚の秋”とも言われ様々な食材が旬を迎え、一年で食べ物が一番おいしい季節です。また、「実りの秋」とも言われるほど、様々な食べ物が実りの時期を迎えます。秋の食べ物には、その季節を過ごす為に必要な栄養素がたくさん含まれています。また、ほとんどの食材に疲労回復の効果があり、野菜や果物にはビタミン類も豊富に含まれているので風邪予防にも効果があります。運動会の練習等で、子どもたちの活動量も増えると自然と食欲も増してきます。給食でも秋の味覚をたくさん取り入れたので残さず食べ、夏で疲れた体を回復させて元気いっぱいに過ごしてほしいです。

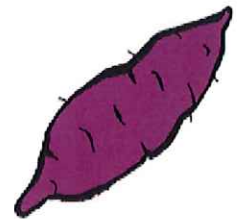


## ☆さんま☆

脳の働きに欠かせない DHA、血液をサラサラにして血栓を予防してくれる EPA が豊富に含まれています

## ☆さつまいも☆

食物繊維が豊富で便秘解消効果があります。また、疲労回復や成長を促進する ビタミンB類、骨や歯を丈夫にする カルシウム も多く含まれています。ビタミンC は他の野菜と比べて熱に強いのも嬉しいポイントです。



## ☆キノコ類☆

免疫力UPや風邪予防効果の ビタミンD類 腸の働きを活性化する 食物繊維 が豊富に含まれています。




## ★たんぼぼ組 保護者様★

以前から、お伝えしてありますように、青魚・キウイ・パインを 10月14日(木)の給食より順次提供させていただきます。

まだ口にしてないものは、ご家庭で試して頂き、もしアレルギー反応が出た等、何か変わった様子がありましたら、担任又は栄養士までお知らせください。

## ☆10月8日(金) 運動会応援献立☆

### 「カツ(勝つ)カレー」

運動会前日は、特別メニュー!!   
勝負前にゲンを担いだ“カツ(勝つ)カレー”で給食室からみんなが思いっきり力を出せるように、エールを送ります。  
カレールウに含まれているスパイスには、脳や体の交感神経を刺激して“やる気モード”にしてくれるだけでなく、抵抗力を高める作用もあり、風邪予防にも効果抜群!!

野菜も多く取り入れ、栄養価もバッチリなので大事な行事前にオススメの一品です。



9月21日(火) 十五夜 キッズリーで配信

十五夜は、一年で一番きれいなまん丸の満月が見える日です。  
園では、秋の収穫に感謝し、15個のお団子や魔除け効果のあるすすきをお供えしました。  
おやつには、幼児組さんは「きな粉団子」未満児さんは、「きな粉おはぎ」を提供させていただきました。  
今夜は、どんなお月様が見えるかな？きれいなまん丸なお月様が見えるといいですね☆



10月8日(金) ☆運動会応援給食☆ キッズリーで配信

今日の給食は、勝負前にゲンを担いだ“カツ（勝つ）カレー”  
幼児組さんには、明日の運動会に向けて、給食室からみんなが思いっきり力を出せるように、エールを送らせていただきました。みんなが大好きなカレーにエネルギーいっぱいのチキンカツ(勝つ)に配膳前から大喜び！あっという間にペロリと完食でした。  
未満児さんも来週クラスで運動会を行う予定ですので、同じくカレーでエールを送らせていただきました。みんな頑張れ！！



10月8日(金) ☆ハロウィン☆ キッズリーで配信

☆ハロウィン☆

ハロウィンにちなんでおやつでハロウィンケーキを提供させていただきました。





# 給食だより

令和3年12月24日発行  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 栄養士 堀口 佑紀美

今年も残すところ数日となりました。長いお休みに入りますが、この時期は朝晩の冷え込みが厳しくなり風邪を引きやすいので注意が必要です。インフルエンザやノロウイルスも流行る季節になりますので、しっかり栄養を摂り、引き続き手洗い・うがいの徹底をお願い致します。

先日、幼児組さんが餅つき体験をしました。園庭で蒸したもち米を「よいしょ!!よいしょ!!」の掛け声に合わせてついていきます。小さい身体で杵を一生懸命持ち上げ「ぺったん!ぺったん!」みんなで協力して立派なお餅が出来上がりました。ついたお餅で、きく組さんがお供えの“鏡餅作り”に挑戦!! つきたてのお餅をちぎってもらい大きいのと小さいので2つ作ります。「やわらかくてあったか〜い!」「ほっぺたみたいにぷにぷにしているね」と目をまん丸くしていた子どもたち。冷めると固くなってしまいますので、素早く小さなかわいい手で上手に丸めました。出来上がった鏡餅は、おうちに持ち帰りました。お家でお供え出来たかな?さらにきく組さんは、先日収穫したさつまいで“焼き芋大会”を行いました。新聞紙とアルミホイル巻きからスタート!!上手にクルクルと包み、「ふかふかに甘くなあれ★」「おいしくなあれ★」とおまじないをかけました。園庭に用意していた火の中へ入れると、みんな煙にびっくりしていましたが、おいしく出来るのを楽しみに待っていました。出来上がったお芋を食べた子どもたちは、「甘い!おいしい!」と笑顔があふれ、とても楽しい焼き芋大会となりました。新年も元気一杯の子ども達に会えるのを楽しみにしています。良いお年をお迎え下さい。

餅つきの様子



鏡餅

アルミホイル巻き



## ★おせち料理の紹介★

### \*田作り

「豊年豊作」「五穀豊穡」を願っておせち料理として食べられる様になりました。



### \*黒豆

まめは本来、丈夫・健康を意味する言葉です。「まめに働く」などの語呂合わせからもおせち料理に欠かせない物となりました。

### \*数の子

ニシンの卵である数の子は、多くの卵を持つことから「たくさんの子に恵まれますように」という子孫繁栄の願いが込められています。

### \*伊達巻

「学業成就」の願いが込められています。伊達巻は、卵や魚のすり身を混ぜて焼いたものを巻いており、その形が巻物に似ていることから学業成就に繋がっています。

### \*きんとん

きんとんは「金団」と書き、「金色の団子」もしくは「金色の布団」という意味があります。金色の見た目を金塊や小判などに見立てていることから、金運上昇を願う料理になりました。

## ★七草★

日本では古くからから、クリスマスやお正月で疲れた胃を整える為や厄除けの為に1月7日に「七草粥」を食べる風習があります。園でも7日(金)の午後のおやつで提供します。みんなは七草覚えたかな?

～七草～

セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ



12月24日(金) ☆クリスマス給食☆ キッズリーで配信

☆クリスマス給食☆

明日は、いよいよクリスマス！！本日園でもクリスマス給食を提供させていただきました。

給食

- ・カレー・・・お洒落なターメリックライスにクリスマスの旗を飾った特別カレー！！
- ・ローストチキン・・・クリスマスの定番といえばチキン！！
- ・カラフルサラダ・・・彩りもよく、栄養バランスもバッチリ！
- ・いちご・・・ビタミンCたっぷり！風邪予防に効果的です！

おやつ

- ・りんごジュース
- ・クリスマスクッキー・・・赤、緑、白のクリスマスカラーでかわいく仕上げました！

みんなニコニコ大喜び☆あつという間に完食でした。是非、ご家庭でもお子さんとお話してみてくださいね！





# 給食だより

令和4年1月24日発行  
社会福祉法人 甲西厚生会  
和成こども園  
園長 田中 祐哉  
栄養士 堀口 佑紀美

暦の上ではもうすぐ春ですが、2月は一年の中でも気温が低く、体調を崩しやすい時期でもあります。感染症に注意しながら引き続き「うがい・手洗い」とともに、冬野菜や風邪予防のビタミン類を豊富に取り入れた献立で寒い冬を元気に乗り切りましょう。

今年も、あやめの里のどんど焼きがには参加することは出来ませんでした。1月13日にきく組さんが紅白のまゆ玉作りに挑戦しました。表面がツルツルで真ん丸のお団子にするのは難しかったようですが、さすがきく組さん！コツをつかむと、力加減を調整し上手に丸めることが出来ました。完成したお団子は、給食室で蒸かし、温かいうちに枝へ。枝が細くて刺すのが大変でしたが、上手に刺すことが出来ました。今年も無病息災を願って明るく元気に過ごせますように・・・。



## ★鏡餅がサクサクおかきに変身★

- ①鏡餅を1cm角切って一晩以上乾燥させておきます。
- ②170℃～180℃くらいの油でカリッとするまで揚げます。
- ③お好みで塩を振り、完成です。



鏡餅



1cm角に切ったお餅



おかき

## 節分

今年の節分は、2月3日（木）です。季節の分かれ目にあたる立春の日の前日が節分です。節分という言葉には、季節を分けるという意味があります。「みんなが健康に過ごせますように」と願いを込めて、悪い物を追い出す日です。悪い物(鬼)を追い払い、良い物(福)を呼び込むため、「鬼は外、福はうち」と言いながら豆まきをします。

### ＜大豆から出来ている食べ物＞

・味噌・醤油・豆乳・豆腐・納豆・きな粉・おから

### ＜大豆の栄養・健康効果＞

たんぱく質・・・豊富に含んでおりその量は、豚肉や鶏肉、サバ、イワシにも匹敵するほどです。

イソフラボン・・・骨粗鬆症の予防、活性酸素の働きを抑える効果があります。

レシチン・・・細胞の老化防止や血行の改善に効果があります。

サポニン・・・抗酸化作用に非常に優れているので、体内の脂肪の酸化を防ぎます。

\*子どもは、喉が未発達で気管に物が入りやすく、豆やナッツ類で窒息する恐れがあります。

小さな破片でも気道に入ったまま放置していることで、気管支炎や肺炎を起こすことがあるので、

**5歳頃までは、乾いた豆・ナッツ類は食べさせないようにしましょう**



この度、一身上の都合により、令和4年1月31日をもって退職することになりました。

和成こども園で6年7か月、たくさん子どもたちと関わることができ、いっぱい給食を食べて大きくなる姿を見て、老体も元気をいただきました。

この園で勉強させていただき大変お世話になりました。ありがとうございました。



調理師 小林 亥智子

1月7日(金) ☆七草粥☆ キッズリーで配信

七草粥は、無病息災を願って食べる料理です。また、“クリスマスやお正月に疲れた胃を休める” “野菜が不足しがちな冬の時期に栄養素を補うために食べる”という意味も込められています。

幼児組さんに七草の種類と意味についてお話をしました。少し難しい内容でしたが興味津々に聞いてくれました。七草はビタミン、ミネラル、食物繊維など栄養も豊富です。

全園児、おやつで“七草粥”を提供させていただきました。

是非、ご家庭でも七草についてのお話を聞いてみてください。





# 給食だより

令和4年3月24日発行  
 社会福祉法人 甲西厚生会  
 和成こども園  
 園長 田中 祐哉  
 栄養士 堀口 佑紀美

日に日に寒さも和らぎ、少しずつ春の訪れを感じられる季節になりました。この一年で入園・進級した頃と比べ食事量も増え、今では、「お替わりください!」「今日は、野菜全部食べたよ!」と嬉しい声を聞かせてくれます。子どもたちの成長を間近で感じられ、嬉しい気持ちでいっぱいです。

3月3日(木)のひなまつりに、三色ゼリー(マスカット・ミルクプリン・フルーチェ)をおやつで提供させていただきました。おやつが並んでいる棚を興味津々に見つめる子どもたち。「この色何味かな?」「わぁ♡かわいい色で食べるのがもったいないな♪」と目をキラキラさせながら満面の笑みで会話しているのが聞こえてきました☆ゼリーのお味は・・・子どもたちに大人気でももちろんあっという間に完食でした。(笑)



来年度も安全でおいしい手作りを心掛け、子どもたちに笑顔で“給食の時間が大好き! 楽しみ”と言われるような給食作りに励んでいきたいと思っています。一年間ご理解、ご協力いただきありがとうございました。



## 給食室おすすめレシピ

### \* 麻婆春雨

～材料～ (4人分)

豚ひき肉…100g

春雨…100g

ネギ…1本

人参…1/2本

しいたけ…5個 醤油…大さじ2

ニラ…1/2束 鶏ガラ…大さじ1

ごま油…適量 味噌…大さじ2

ケチャップ…小さじ2



～作り方～

①人参を千切り、ネギを輪切り、しいたけを薄切り、ニラを2cm幅に切り、春雨を少し固めに茹でておきます。

②鍋でひき肉を炒め、人参・しいたけを加えたら水を加え煮立つまで待ちます。

③②に調味料をすべて加え、味が整ったら水溶き片栗粉でとろみをつけます。

④③に春雨を入れ、ごま油を適量かけたら完成です。

★春雨が水分を吸ってしまうので、お水を多少多めに入れると餡と春雨が良く絡みます。

### \* ほうとうスティック

～材料～ (4人分)

ほうとう…100g

小麦粉…適量

油…適量

コンソメ…適量



～作り方～

①ほうとうを一度茹でます。

②茹でたほうとうに小麦粉を付けて、170℃の油できつね色になるまでじっくり揚げます。

③②にコンソメ(粉末)で味を付けたら完成です。

★一度茹でてから揚げることで、モチモチのカリカリになります。

★ほうとうを切らずにそのまま使用することで、長めのスティックになり子どもでも手づかみで食べやすいです。

3月3日(木) ひな祭り給食・おやつ キッズリーで配信

本日3月3日桃の節句は、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。園では、ひな祭り給食・ひな祭りおやつを提供させていただきました。

おやつの三色ゼリーは、ひし餅に見立て

- ・赤→魔除け
- ・白→長寿
- ・緑→厄除け

の意味が込められています。

園でも引き続き、子どもたちの健やかな成長をサポートできるよう給食を提供していきたいと思います！

