



乗船寺保育園
子育て支援センター
TEL 22-4407



乗船寺保育園 園開放 予定表

- ・ 園開放はありません。
- ・ 自由遊び…各自親子でおもちゃや絵本などで自由に遊ぶ日です
- ★午前の部…10時～12時（園開放予定表の活動の時間）
- ★ランチタイム…12時から13時（ご利用の際はお声掛け下さい）
- ★午後の部…13時から15時（自由遊びの時間）

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
おもちゃ遊び	自由遊び	自由遊び	年賀状制作 馬の足形	
8	9	10	11	12
外遊び	カレンダー制作 親子手形		おもちゃ遊び	風船遊び
15	16	17	18	19
楽しく遊ぼう教室 保健センター	お絵かき遊び	おもちゃ遊び	親子教室 園舎3階	外遊び 帽子・上着
22	23	24	25	26
木のおもちゃ	しゃぼん玉 帽子・上着	バルーンアート	自由遊び	おもちゃ遊び

《園開放ご利用案内》

- 駐車場は、保育園隣接の駐車場をご利用下さい。
- 来園の際は、玄関のインターホンを押して子育て支援センターご利用の旨をお伝えください。
- 水分補給用のお飲み物をご持参下さい。
- 来所持、園開放利用簿のご記入をお願いします。帰る際は、片付けをお願いします。
- 午前の部は12時にお片付けをします。
- ランチタイム以外でのおやつやお食事はご遠慮ください。ごみ等は各自お持ち帰りください。

★12月4日（木）5日（金）年賀状作り

・年賀状制作をします。来年の干支の馬の足形をとります。水性絵の具を使用しますので汚れても良い服装でお越しください。年賀状1枚は支援センターで準備します。お正月に届くのを楽しみにしててください。追加で2枚までは制作出来ますので、追加を希望の方は、追加の年賀はがきは各自、ご準備下さい。

★12月9日（火）10日（水）カレンダー制作

・2026年のカレンダーを制作します。親子の手形をとりますので、汚れても良い服装でお越しください。

★12月13日（土）子育て相談日

・毎月1回、臨床心理士のカウンセリングを受けることが出来ます。お子さんの心配な事、子育てで不安に思う事、産後の心の変化など相談でき、アドバイス、サポートいたします。個別相談になりますので予約が必要です。詳しくはスタッフにお声掛けください。
月1回 10:00～12:00 13:00～16:00 （1時間程度 要予約）。

★12月15日（月）楽しく遊ぼう教室

場所：指宿市保健センター 時間：10時～11時（9時～センター開放）

活動内容：★親子遊び・触れ合い遊び・体操・指遊び・読み聞かせ

持ってくるもの：飲み物・着替え・おむつ等お子さんに必要な物

※予約なしで参加できますので、お気軽にお越しください。

★12月18日（木）親子教室

場所：乗船寺保育園 園舎3階（リズム室） 時間：10:00～11:30

活動内容：親子触れ合い遊び・親子運動遊び・エアハウス・ブロックモジュール

・読み聞かせ（エプロンシアター）

持ってくるもの：飲み物 お着替え おむつ汗拭きタオル等必要な物



★12月27日から1月4日は年末年始の為、子育て支援センターはお休みになります。良いお年をお迎えください。



今月のテーマは冬の感染症についてです。

油断できない かせ

かせは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

冬のかぜによくある特徴



インフルエンザの症状も、急激な発熱とせきや鼻水など、通常のかぜと大きな変わりはありません。流行時は、医療機関を受診し、診断を！

冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

おう吐・下痢のケア



吐き気が治まったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

2歳未満は要注意！RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するともいわれます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かせかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38～39℃の発熱

ゼーゼーという呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすが、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつ、ゆっくりに飲ませる

突然の高熱に注意！

溶連菌感染症

突然、熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状
- 突然、熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる



保育園で人気のメニュー

「油淋鶏」



★材料★（4人分）

- ・鶏モモ肉…160g

- A
- ・にんにく…1.5g
 - ・生姜…1.5g
 - ・料理酒…小さじ1
 - ・薄口醤油…小さじ1
 - ・片栗粉…適量
 - ・油…適量

- B
- ・深ねぎ…15g
 - ・砂糖…大さじ1
 - ・濃口醤油…小さじ1と1/2
 - ・酢…小さじ1と1/2
 - ・水…小さじ1と1/2
 - ・ごま油…小さじ1/3
 - ・片栗粉…小さじ1/3
 - ・水…小さじ1/3

★作り方★

- ①生姜はおろし、にんにくをみじん切りにする。
- ②Aで鶏肉に下味をつける。
片栗粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- ③深ねぎをみじん切にする。
- ④鍋にBを入れ、軽く沸騰させたあと水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤④のタレを唐揚げにかけて完成。

油淋鶏とは？

油淋鶏は、中国料理のことで、中国語の「油」＝料理油、「淋」＝注ぐ、かける、「鶏」＝ニワトリから来ていて、鶏肉に油をかけた料理という意味でつけられた名前です。

子どもの食事 Q&A



Q 好き嫌が多く、とくに野菜はたべません

A. 野菜と触れ合い親しみをもたせる。

野菜には、独特の苦みやえぐみがあります。人間の本能で、苦いものを拒絶しようという動きが備わっているため、野菜嫌いな子どもが多いのです。細かくしたり、すりおろしたりして調理方法を工夫するほか、買い物や調理のお手伝いなどで野菜とふれ合って、野菜に親しみを持たせてみましょう。

また、食べなくても食卓に出し、家族がおいしそうに食べている様子を見せることも大切です。いつか「自分も食べてみよう」となるかもしれません。