



子育てサポート通信

長尾保育園

NO. 8

2023年度版

気温が低くなっていますが、子どもたちは元気に外あそびをしています。厚着で体を動かすとすぐに汗をかいてしまい、それが冷えると風邪をひく原因になります。途中で服を脱いだり、寒くなったら上着を着たり、調整しやすい服を着るようにしましょう。

保育園にはプレイルームがあります。

室内でも十分に身体を動かせるスペースです。(滑り台や跳び箱、ボールなども設置しています)





長尾保育園ってどんな園？

大切なお子様の乳幼児期を、より有意義に楽しくお過ごしいただく為には、園と家庭が一体となって協力しあうことがとても大切です。

保育園は、養護と教育が一体となって、家庭的な雰囲気の中で乳幼児を保育し、その心身の発達を助長するとともに、3歳児以上は保育方針に基づき5領域（健康・人間関係・環境・言葉・表現）の発達を保障し、0、1、2歳児は健康発達と人間関係を中心に、心の安定をはかり、基本的な生活習慣の援助を行いながら、《明るく》・《たくましく》・《のびのびとした》子どもを育てます。

また、乳幼児期に必要な『情操』・『体育』・『知育』の調和のとれた保育環境を整えて、『心』も、『体』も、『頭』も、健やかに育つよう努力したいと考えます。



保育理念

個々の自立支援

自分で課題を見つけて自ら学び、自ら考え、主体的に判断してから行動しよりよく問題を解決する能力。

個々の自律支援

自ら律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心。
また、豊かな人間性とたくましく生きるための健康や体力。

共育ち支援

みんなと一緒に育つ。子ども、保護者、保育士、地域、社会等と共に協力しながら育っていけるように見守る。



○基本方針○

☆愛情と信頼を大切に一人ひとりの子どもたちを見守ります。情操、体育、知育の調和のとれた環境の中で、以下の「生きる力」を育てたいと思います。

○自分で考えて、行動する力

○協力してできる力

○立ち向かおうとする力



○保育目標○

☆家庭的な雰囲気の中で、情緒の安定を図り、健康な身体づくりに努力しています。

☆良い生活習慣を育成すると共に次の目標を掲げ、人格形成の基盤づくりを目指しています。

- ① 正しい判断ができ、人間性豊かな子ども
- ② 自立心があり、創造性が豊かで協調性のある子ども
- ③ 感性豊かに五感を感じる経験をします。

以上の方針を基に保育を行っています。

年間行事など詳しい保育内容は、長尾保育園のホームページをご覧ください。
(長尾保育園の検索してください。)



☆AED（自動体外式除細動器）について

長尾保育園には、AED（自動体外式除細動器）を設置しています。

☆子育ての悩みや相談はありませんか？

子育ての悩みや相談、そのほか家庭での悩み、相談などどんなことでも保育園にお気軽にご相談ください。

また、子育て支援（ワンダフルサークル、ぴよちゃんクラブなど）にもご参加ください

☆長尾保育園についてご質問やご感想、ご意見がございましたらご遠慮なく長尾保育園までご連絡ください。
 よろしくお祈いします。



ワンダフルサークルの11、12月予定



11月13日(月)	秋まつりごっこ	予約日11月 6日(月)	10:00~電話にて
12月 4日(月)	手型をとろう	予約日11月27日(月)	10:00~電話にて
12月18日(月)	クリスマス会	予約日12月11日(月)	10:00~電話にて

活動後、園庭解放を12:00まで行っています。



ぴよちゃんクラブの11、12月予定



11月16日(木)	秋まつりごっこ	予約日11月 9日(木)	10:00~電話にて
11月 7日(木)	手型をとろう	予約日11月30日(木)	10:00~電話にて
12月21日(木)	クリスマス会	予約日12月14日(木)	10:00~電話にて

活動後、園庭解放を12:00まで行っています。



リトミックA、Bの11、12月予定



リトミック対象年齢： 2021年4月2日生まれ~のお子さま

11月28日(火)	リトミック	予約日11月21日(火)	10:00~電話にて
12月12日(火)	リトミック	予約日12月 5日(火)	10:00~電話にて

活動後、園庭解放を12:00まで行っています。





おはなしひろば11、12月予定



11月24日(金) 長尾東町公園にて 11:30より 予約なし

12月15日(金) 長尾東町公園にて 11:30より 予約なし

絵本や紙芝居の読み聞かせ以外にあそびも行います。



ふれあい体験・ブックスタートの11、12月予定



11月 1日(水) 長尾保育園 0歳児保育室にて
10:00~ 一緒にあそびましょう(5~8カ月の乳児)

11月22日(水) 長尾保育園 0歳児保育室にて
9:30~ ブックスタート(満1歳)
10:00~ お誕生日会(満1歳)

12月 6日(水) 長尾保育園 0歳児保育室にて
10:00~ 一緒にあそびましょう(5~8カ月の乳児)

12月20日(水) 長尾保育園 0歳児保育室にて
9:30~ ブックスタート(満1歳)
10:00~ お誕生日会(満1歳)

詳しくは長尾保育園までご連絡ください。



保育園の玄関フロアにて
図書貸出コーナーを設置しています。
是非、保育園までお問い合わせください。
お待ちしております。

長尾保育園

(072) 858-5881



長尾保育園の一時保育について

小学校や幼稚園の行事に参加したいけれど・・・

お友だちと買い物にいき、リフレッシュしたいけれど・・・

病院にいきたいけれど・・・など

という方は

一時保育 をご利用ください。

「仕事をしたいけれど保育園にすぐはいれない。どうしましょう。」

という方は

一時保育(月極) をご利用ください。

詳しくは長尾保育園までご連絡ください。

(但し、枚方市在住の方のみご利用ができます。)



11月のあそび
園庭あそび
コーナーあそび
造形あそび季節の製作など
感触あそびなどの予定です

絵本紹介 『あっぷいっぷいのぷい〜』

0歳から

作/あいはらひろゆき 絵/すずきまみ 発行/サニーサイド

さあ、にらめっこを始めましょう！

最初は、あかおにさんとにらめっこ。

あっぷっぷの〜・・・でページをめくると、「ぷ〜」の顔に

大人も思わず笑ってしまいそうです。

あかちゃんとあそぶきっかけになる絵本です。





ほけんだより



みがき残しはないかな？

軽い力で、こきざみに動かすのがポイントだよ

歯みがきパトロール隊



みがき残しやすいところ ①

歯と歯のあいだ



歯ブラシの毛先が届くようにみがこう。
それでも届かないところは、デンタルフロスを使うときれいに取れるよ。

みがき残しやすいところ ②

歯と歯ぐきのあいだ



歯と歯ぐきのあいだに汚れがたまると、歯ぐきが腫れる歯周病になるかも。歯ブラシを45度の角度であてると、きれいにみがけるよ。

みがき残しやすいところ ③

奥歯の裏やかみ合わせの溝



奥歯の裏は、歯ブラシを斜めにするとう毛先が届きやすいよ。奥歯のかみ合わせの溝は、歯ブラシを90度にあてていねいにみがこう。

みがき残しやすいところ ④

前歯の裏



下の前歯の裏は、歯ブラシのかかとでかき出すようにするといよ。上の前歯の裏は、歯ブラシを縦にして1本1本みがこう。

虫歯は感染する？

虫歯菌がいるのは歯垢の中なので、空気感染はしません。それでも感染することがあります。
口の中の歯垢にいる虫歯菌が、食べ物に含まれている糖質をエサにして酸を作り出し、その酸で歯の表面

を溶かすと虫歯になってしまいます。



そのため、虫歯のある人とな人が回し飲みをしたり、箸やスプーンなどを共有したりした時、唾液と一緒に虫歯菌が移動すること

があります。このような場合は注意が必要です。とはいえ、虫歯菌が口の中に入ったらすぐに虫歯になるわけではないので大丈夫です。日頃から丁寧に歯みがきを行い、大切な歯を守りましょう。





栄養だより

生活リズムを整えよう！

季節の変わり目は、生活リズムが乱れがちです。日中は太陽の光を浴び、夜は真っ暗な部屋でぐっすり眠ることで「情緒を安定させるホルモン(=セロトニン)」が分泌され、「寝る子は育つ」のことわざ通り、発育や健康に大きな影響を与えます。正しい生活リズムで丈夫な体を作りましょう。

～生活リズムを整える3つのポイント～

① 早寝早起きを心がける

朝起きたらまずは太陽の光を浴び「起床の気持ちよさ」を味わいましょう。

また、寝るときの環境づくりは、ぐっすりと入眠するために重要です。

明るさや気温、音など、快適に眠ることができりように見直してみましよう。



② 3食しっかり食べる

食事は生活リズムの基本です。特に、朝ごはんを食べないと日中活動するエネルギーがなくなり、昼夜逆転体質になってしまいます。時間がないときでも、お茶漬けやおにぎり、前日の夕飯のおかずなど、準備に時間がかからないものを食べるように工夫してみましよう。

③ 日中は体を動かす時間をつくる

体をたくさん動かすと、程よい疲労感によって夜ぐっすり眠ることができます。

積極的に外であそんだり、散歩をしたりしましよう。

「ひみこのはがいで」という言葉を知っていますか？

これは日本咀嚼学会が提案する、噛むことの効用を咀嚼回数が多かった弥生時代の卑弥呼にかけて表したものです。卑弥呼の食事は硬くて噛み応えのあるものが多く、当時の咀嚼回数は現代人の約6倍とされています。咀嚼の大切さを知り、よく噛むことを意識して食事してみましよう。



おすすめレシピ〈カレーチーズトースト〉

材料(1人分)

食パン(8枚切り) 1枚
マヨネーズ 小1
粉チーズ 小1
カレー粉 少々

- ① マヨネーズ・粉チーズ・カレー粉を全部混ぜて食パンに塗る。
- ② トースター(600w)で4～5分焼いたら完成！

☆カレー味なので食べやすく、おやつや朝食にぴったり！
☆フランスパンを使うとラスクの食感が楽しめます。



社会福祉法人 長尾会

長尾保育園

〒573-0105

枚方市長尾東町1-41-1

TEL (072) 858-5881