



だんだんと寒さが増してきて、冬も本番。色々なところでイルミネーションやクリスマスの飾り付けが見られるようになり、わくわくした気持ちになりますね 🌲 ❤️
年末年始は行事やお出かけの機会も増えることと思いますが、早寝早起きのリズムを整え、元気に新年を迎えられるようにしましょう。

☆長尾保育園について紹介します☆

長尾保育園では、0歳から6歳までの乳幼児をお預かりします。
「明るく」「たくましく」「のびのびとした」子どもをめざし、ご家庭と協力しながら教育・保育に取り組んでいます。

教育・保育環境を整え「情操」「体育」「知育」の調和をとり、心も体も頭も健やかに育つよう、基本的生活習慣の援助を行います。



当園の教育・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



教育・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子ども

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」と検索してください。）



子育ての悩みや相談はありませんか？

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

また、サークル活動や施設開放にもご参加ください。お待ちしております。



子育て支援活動の予定

わんぱく教室

🌸 ワンダフルサークル（１～３歳児）

１２月１１日（木） 運動あそび

１２月２５日（木） クリスマス会

🌸 ぴよちゃんくらぶ（０歳児）

１２月 ４日（木） 運動あそび

１２月１８日（木） クリスマス会

※わんぱく教室は前期・後期の２期制で、１期ごとの申込です。（参加費１期につき１０００円）

🌸 スマイルサークル（０～３歳児）

１２月 ８日（月） クリスマスツリーを作ろう予約 １２月 １日（月） １０：００～電話にて

🌸 リトミック（１～３歳児）

１２月 ９日（火） リトミック

１月２０日（火） リトミック

予約 １２月 ２日（火） １０：００～電話にて

予約 １月１３日（火） １０：００～電話にて

🌸 子育て応援イベント（０～３歳児）

※日程は、ひらかた広報をご覧ください。



🌸 ふれあい体験・ブックスタート（0歳児）

12月 3日（水） 10：00～ 一緒にあそびましょう（5～8カ月の乳児）
12月17日（水） 10：00～ お誕生日をお祝いしましょう（満1歳）
1月 7日（水） 10：00～ 一緒にあそびましょう（5～8か月の乳児）
1月28日（水） 10：00～ お誕生日をお祝いしましょう（満1歳）

※「一緒にあそびましょう」「お誕生日をお祝いしましょう」の計2回参加できます。
電話にてお申込みください。

🌸 おはなし広場（予約不要・何歳でも可）

12月12日（金） 10：30～ 長尾保育園 園庭にて
1月23日（金） 10：30～ 長尾保育園 園庭にて

🌸 施設開放（予約不要・何歳でも可）

毎週 月・火・木曜日 10：00～15：00 長尾保育園 園庭または保育室

活動や予約についてわからないことがあれば、
お気軽に長尾保育園までお問い合わせください。



電話番号

072（858）5881

☆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。



保育園で絵本が
かりられます

保育園の玄関フロアーにて
図書貸出コーナーを設置しています。
図書カードご希望の方は保育園まで
お問い合わせください。

絵 本 紹 介

「クリスマスのかくれんぼ」 0・1歳 作・絵/いしかわこうじ 発行/ポプラ社

あかちゃんのための型抜きしかけ絵本。

クリスマスにちなんだアイテムがたくさん登場します 🧑🏻🎅🏻❤️

ページをめくるたびに現れるカラフルな赤や緑・・・きらきらした飾りがクリスマスへの
期待を高めてくれます ✨

「おきておきてカップケーキちゃん」 2歳～ 作・絵/かけひさとこ 発行/PHP 研究所

あったかいオーブンの中で、ぐっすり寝てしまったカップケーキちゃんたち 🍰

ではでは・・・焼きあがったカップケーキにトッピングをしましょう 🍦

とろーりクリームをのせて・・・フルーツをのせて・・・おかしものをのせて・・・

おやおや、まだまだ寝ている子がいますね 🌙 よーし！もっとおかしものをのせてみましょう ❤️

可愛くて美味しそうなカップケーキが、たくさん出来上がりました ✨



- ★保護者の短時間の就労
 - ★病気やケガなどの緊急時
 - ★在宅での子育てに疲れてしまった時
 - ★自分の時間を持ってココロとカラダを回復させたい時
- などなど・・・

そんな時は、**一時保育** をご利用ください。

いざという時のために、まずは利用登録をお願いします。

詳しくは、お気軽に長尾保育園までお問合せください😊
(枚方市在住の方のみご利用ができます。)

- 12月のあそびは、
- 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
 - 楽器あそび

などの予定です。





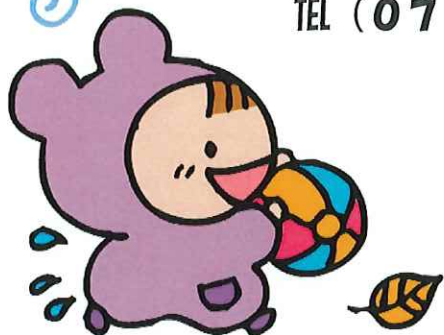
社会福祉法人 長尾会

長尾保育園

〒573-0105

枚方市長尾東町1-41-1

TEL (072) 858-5881





ほけんだより



ふゆ りゅう こう
冬に流行しやすい

かん せん しょう
感染症

インフルエンザ



特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

潜伏期間

1～3日

症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒 など

ノロウイルス



特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

潜伏期間

1～2日

症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱 など

新型コロナウイルス



特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

潜伏期間

2～4日程度

症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害 など

のどのイガイガ、肌のカサカサ 犯人は暖房!?



寒いと暖房を使う時間が長くなります。暖かくて過ごしやすい一方で、お子さんにせきや肌のかさつきなどが出ていませんか。

犯人は暖房かも。暖房を使うと室内の湿度が下がり、乾燥してのどや肌も

乾燥から守る3つの技

加湿する

例えばぬれタオルをかけるだけでもOK

水分をこまめにとる

温かいお茶や水を少しずつとりましょう

スキンケアをする

化粧水や保湿クリームを使う



「寒さ対策」と「乾燥対策」をセットで考えることが、冬を元気に過ごすコツです。



栄養だより

冬至は1年の中で1番お昼が短い日で、今年は12月22日です。冬至には、かぼちゃやかかゆ、こんにゃくを食べる習慣があります。



また、冬の寒さに負けず健康に過ごすために、ゆずをお風呂に浮かべて「ゆず湯」に浸かります。風邪の予防や、肌を強くする効果に優れているそうです。

～家族で食事を楽しむ機会をつくりましょう～

年末年始は、クリスマスやお正月などで家族や親しい人と食事ができる良い機会です。大勢での食事は喜びや楽しさが倍増し、料理をより一層おいしく感じることもできます ✨ また、行事食を通して、食への興味を深めることも期待できます 🌲

おなかをこわしてしまった時の食事について



寒くなり、体調も崩しがちな季節。下痢は子どもによくみられる症状ですが脱水症状を起こしやすいので適切な水分補給が大切です。日頃から子どもの便の状態をよく見て、いつもと違う場合は経過をよく観察しその他の症状などにも注意するようにしましょう。

⚠️ 様子を見ていい場合・・・機嫌がよい、発熱なし、食欲あり、便が軟便程度・回数が少ない

⚠️ 早めの診察が必要な場合・・・機嫌が悪い、高熱、顔色が悪い、腹痛、下痢を繰り返す

症状がひどい時は 🍌 子ども用イオン飲料、麦茶、白湯、水、野菜スープなど

下痢の回数が減ってきたら 🍌 おかゆ、煮込みうどん、すりおろしりんご、大根の煮物など

温かく消化の良いものを少量ずつ食べるようにしましょう。



おすすめレシピ 〈かぼちゃとバナナのスイーツボール〉



材料(直径3cm丸型14個分)

かぼちゃ 80g

バナナ 60g(大1/4本)

ホットケーキミックス 100g

グラニュー糖 12g

- ① かぼちゃは種をとり、皮の硬い部分を取り除いたら一口大に切る。
- ② ラップをして電子レンジで柔らかくなるまで加熱し、フォークで粗くつぶす。
- ③ バナナは皮をむき、フォークで粗くつぶす。
- ④ ②・③・ホットケーキミックスを厚手の袋またはボウルに入れて粉っぽさがなくなるまでこねる。
- ⑤ 3cmほどの大きさに丸めて、暑さ1～1.5 cm程度につぶし、上からグラニュー糖をまぶす。
- ⑥ クッキングシートに⑤を並べて、180℃に予熱しておいたオーブンで 15 分程焼いたらできあがり ♥️