



まんまるキッズ1月



業務内容 育児相談 8:30～17:00
 (事前に連絡をいただくと確実に時間確保ができます。)
 プレイルーム開放
 9:00～12:00 14:00～16:00



令和5年 12月 22日 発行
 鶴岡市大山2丁目20-1
 大山保育園 分園内
 おおやま子育て支援センター
 TEL 33-2778
 FAX 33-3048



2024年 あけましておめでとうございます
 本年もよろしくお願いいたします
 おおやま子育て支援センター スタッフ一同

新しい一年が始まりますね。今年はどうな一年にしていきたいですか。家族が健康に過ごせますように。妊娠中の方は安産で元気な赤ちゃんを迎えられますように。お子さんがのびのび自分らしく育ちますように。そして、子育てという大切なお仕事をなさっている皆さんが、少しでもご自分のための時間をもって、ほっと一息しながら、たくさん笑って過ごせますように。疲れた時は愚痴ったり助けってもらったりしながら、一緒に楽しい一年を過ごしていきましょうね。今年も皆さんとおしゃべりを楽しみにお待ちしております。1月4日からどうぞ遊びにいらしてくださいね。



1月と2月は…



ミニ運動会
 日時: 1月5日(金) 10:30～11:00
 場所: 大山保育園分園ホール
 対象: 子育て中の親子 10組
 持ち物: 飲み物・バスタオル1枚
 申込: 12月25日(月)まで

ヨガでリラックス
 日時: 1月17日(水) 10:00～11:00
 場所: 大山保育園分園ホール
 対象: 子育て中の方・興味のある方 10組
 先着5名までの託児はいっぱいになりました
 大人の方の参加空きがあります
 講師: 佐藤優美子氏(E life yoga)
 持ち物: 参加費500円 当日受付で頂きます
 汗拭きタオル・飲み物
 マットはこちらで準備しますがご自分のものをお持ち頂いてもOKです
 申込: 1月10日(水)まで

節分豆まき
 日時: 2月2日(金) 10:30～11:10
 場所: おおやま子育て支援センター
 対象: 子育て中の方 10組
 申込: 1月26日(金)まで

嘔吐物の処理の仕方
 家族感染の予防と落ち着いて処理できるように
 日時: 1月18日(木) 10:30～11:00
 場所: おおやま子育て支援センター
 対象: 子育て中の方・興味のある方 10組
 講師: 五十嵐智美(大山保育園 看護師)
 申込: 1月11日(木)まで

おひな様を作りましょう
 日時: ①2月19日(月) 10:30～11:00
 ②2月22日(木) 10:30～11:00
 ご都合の良い日にどちらでも
 場所: おおやま子育て支援センター
 対象: 子育て中の方・興味のある方 10組
 申込: 2月13日(火)まで

うたってみよう
 「に・て・る」
 おかあさんとわたし
 あわてんぼうがよくにてる
 おとうさんとわたし
 ふといまゆげがよくにてる
 にてるって うれしくて
 にてるって ちょっとこまる

おかあさんとぼく
 はなのかたちがよくにてる
 おとうさんとぼく
 あせっかきがよくにてる
 にてるって うれしくて
 にてるって ちょっとこまる



クリスマス飾り
ママ達作品



大山よい子ワイワイルーム



西郷つみきクラブ



1月・プレイルームカレンダー
 月曜～金曜 9:00～12:00
 14:00～16:00



ナースさとみの
 元気の素コーナー
 「嘔吐物の処理の仕方」
 は裏面です



新型コロナウイルスの感染状況により、予定を変更させていただくことがあります。

今月のおすすめ

【五目うどん】

うどん(乾)…300g 茹で洗って5つに分けておく
 鶏もも肉…90g 食べやすく切る (5人分の目安)
 人参…35g せん切りにする
 皮揚げ…65g 食べやすく切る
 なめこ…120g 洗ってザルにあげておく
 ねぎ…50g 小口切りにする
 水…1ℓ
 しょうゆ…45g
 料理酒…10g
 塩…3g
 砂糖…5g

- ①食材の下処理をする
- ②鍋に水と人参を入れ火にかける
- ③煮立ったら鶏肉を入れアクを取る
- ④調味料と残りの食材を入れる
- ⑤味をととのえたらうどんを器に盛り汁をかける

離乳食(初期)への取り分け

★人参
 柔らかくなるまで水から茹でる

うどんには塩分が多く含まれていることもあり、たっぷりのお湯でしっかり茹でましょう。また、保育園で使用している乾麺は茹でてもペースト状にするには少し大変なので離乳食の後半くらいがいいでしょう。アレルギーの心配もあります。使用する時は注意しましょう。

絵本の日 体操の日

ナースさとみ先生先生による
 身体測定・健康相談10:30～
 ※今月は第二木曜日です



ナースさとみの元気の素コーナー

「嘔吐物の処理の仕方」

感染性胃腸炎の嘔吐は、前触れなく突然起こることが多いので、
予め嘔吐物処理セットを準備しておくことで処理がスムーズに行えます。

【準備するもの】 ※すべてをバケツにまとめて準備しておくで慌てない。

- ・マスク、ビニール手袋（どちらも使い捨てタイプで、どちらも2組必要）
- ・ゴミ袋：2枚（大きめのスーパー袋など、穴が開いていないもの）
- ・ペーパータオルや新聞紙、キッチンペーパー、古タオル、古着など（捨ててもよいもの）
- ・次亜塩素酸ナトリウム消毒液0、05%溶液
(作り方や使用上の注意は以下を参考に。
胃腸炎のウイルスにはアルコール消毒は効果がありません)

○次亜塩素酸ナトリウム液の作り方○

《0、05%溶液：水500ml + ハイター5ml（ペットボトルキャップ約1杯）》

使用場所：嘔吐物や便が付着したトイレや床用等

《0、1%溶液：水500ml + ハイター10ml（ペットボトルキャップ約2杯）》

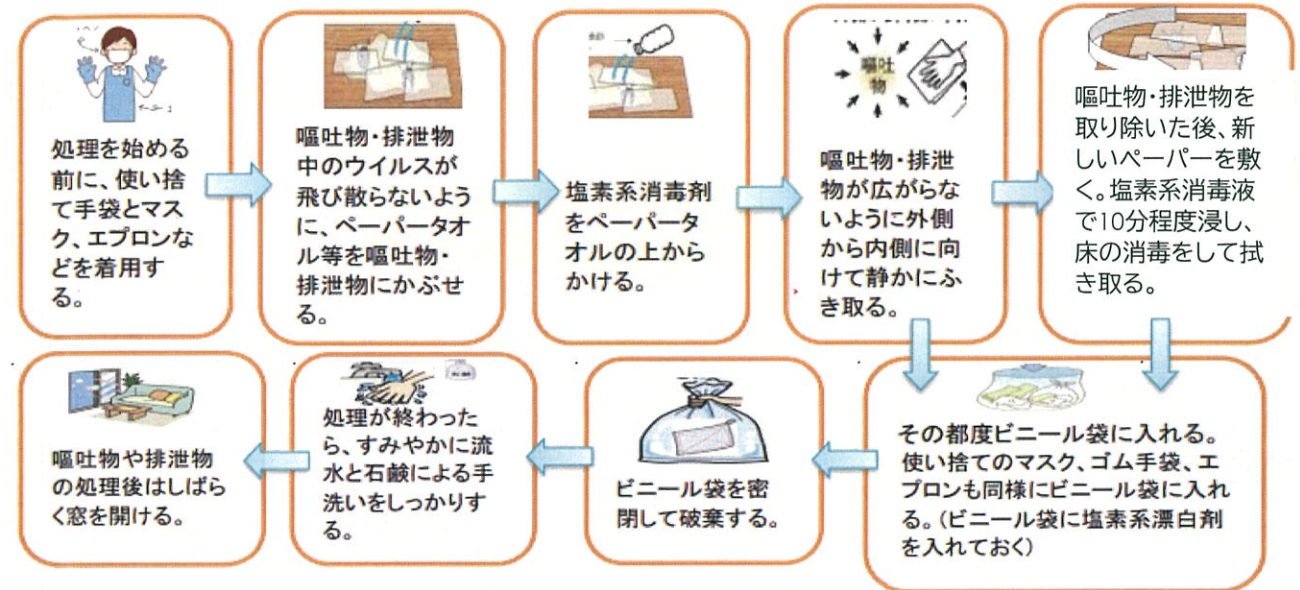
使用場所：衣類、ドアノブ、スイッチ、テーブル、水洗レバー、手すり用等

●次亜塩素酸ナトリウム液、使用上の注意点

- ・衣類の消毒に使う際は、汚れを落としてから約30分消毒液に浸す。
また色柄物については、漂白により色落ちするので注意が必要です。
- ・金属部分は錆びる恐れがあるため、10分程度経過したら水拭きする。
- ・消毒後は完全に乾燥するまで触れないようにする。
完全に乾燥することによって塩素は揮発して無害になります。
- ・スプレーボトルでの噴霧はウイルスが飛散する可能性があるため使用しない。
- ・作り置きする場合は誤飲しないように見た目で見分けやすいように表記する。
また、子どもの手が届かない場所に保管する。

嘔吐物処理の手順

★嘔吐物・排泄物処理方法(処理する人以外は近寄らないようにしましょう。)



●嘔吐物処理時（後）の注意点

- ・高さ1mから嘔吐した場合、半径2mにウイルスが飛散すると言われています。嘔吐物を処理した人の着替えはもちろん、嘔吐物の処理範囲は広めに行いましょう。
- ・嘔吐物を処理した後、48時間は症状が出ないか注意しましょう。
- ・嘔吐物処理中は窓を開けて換気しながら行いましょう。また、床の処理が不十分のまま乾燥すると、細かい粉塵となって空中を浮遊して感染を拡大させる可能性があるため注意しましょう。
- ・手袋やマスクを外す際、汚染された部分に触れないように気をつけましょう。
- ・処理後は必ずうがい・手洗いを十分に行いましょう。

●処理後の消臭について

- ・布のソファやマットレス、カーペットなど消臭が難しいものについては、拭き取りや洗濯のみではなかなか匂いが取れないことがあります。以下の方法で軽減することもあるのでお試しください。
- ・気になる箇所に重曹を振りかけ、2~3日後に掃除機で吸い取る。
- ・スチームアイロン（85℃で2分以上）を当てる。（高温のため素材によっては縮むことも考えられるので、洗濯タグなどで確認してから行いましょう）
- ・布団乾燥機を使用する。