



2023年 10月
たかがみねこども園
北区鷹峯土天井町53
Tel: 491-3300

10月の予定

☆楽しいリトミック&新園庭で遊ぼう！

(10/11・水)

AM10:00~11:30

場所：友遊館

※ 『楽しいリトミック』は10:00~10:30までです。その後、新園庭で遊びます。

☆食物アレルギーのお話&園庭で遊ぼう！

(10/23・月)

AM10:00~11:30

場所：友遊館

「〇〇を食べさせたら、口のまわりや顔に湿疹のようなものができた」「卵や牛乳はいつから食べさせたらいいの？」と、初めて口にする食材やアレルギーが起りやすい食材を食べることにちょっと抵抗がある方もいらっしゃるのではないのでしょうか。栄養士がアレルギーについてお話をしたり、保護者の方の悩みをお聞きします。お話のあと、園庭で遊びます。

《来園の際のお願い》

園へお越しの際には、

- 事前に検温をしてください(保護者・お子さま)
- 発熱(37.5度以上)や風邪の症状(咳・鼻水・下痢など)がある場合は、利用をご遠慮ください。
- お茶などは各自お持ちください。



ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

~おすすめ絵本~

『てあらいできるかな』

著：きむら ゆういち

発行：偕成社

ねこのミケがおててにせっけんをつけて…。てのひらごしごしごし！かいじゅうさんも大きなおててをしっかりと洗っています。もちろんゆうちゃんも！お家に帰ったらみんなもきれいに手を洗おうね。



「子どもの手洗いやうがいなどはいつから教えるべきなのでしょう?」「どうして教えるべきかわからない」と聞かれることがあります。園では手洗いは0歳児から、うがいは2歳児から教えています。

●清潔を教えるための関わり方

- 0歳児…「清潔にすると気持ちがいい!」ということを感じて覚えていく時期です。「手が汚れて気持ちが悪いね。洗おうね」「着替えてさっぱりしたね」など快・不快を言葉で伝えると、感覚と言葉が結びついて次第に「清潔にすると気持ちがいい」ということがわかっていきます。
- 1歳児…ママやパパのまねっこをしながら、自分で手を洗ったりしようとする時期です。そのため「〇ちゃん、手を洗おう」などと声をかけて、親子で一緒に手洗いをしましょう。「きれいになって気持ちがいいね」など、言葉で伝えていくことも忘れずに。
- 2歳児…朝起きたら顔を洗う、食事の前に手を洗うなどをルーティーンにすると、次第に自分からするようになっていきます。気づかないときには「ごはんだから、手を洗ってくる?」と言葉をかけて気づかせてあげてください。

●手洗い&うがいの教え方

- 0歳児…離乳食前後に手を拭くことから始めましょう。「おてて、きれいにしようね」と言葉をかけながら指の間もきれいに拭いてあげましょう。
- 1歳児前半…立てるようになったら、洗面台で手洗いをしましょう。園は洗面台が子どもが手を洗やすい高さになっていますが、家庭では踏み台を用意して自分で洗やすい環境を整えてあげるといいでしょう。手洗いに興味を示さないときには、手洗いをテーマにした絵本などで、手洗いの必要性を伝えるのもいいですね。
- 1歳児後半…水量の調整の仕方を教えてあげましょう。一人で洗うペースを作る時期です。食事の前後や外から帰ってきたら、「手を洗おうね」と声をかけて、親子で洗面所へ行き、水の出し方や水量の調整の仕方、水は出しっぱなしにしないなどを教えてあげてください。園では泡石鹼を使用しているので、自分で泡石鹼を出すことも教えています。
- 2歳児…手洗いはほぼ一人でできるようになる時期です。しかし洗い残しなどもあるので、なるべく傍で見守ってあげましょう。



うがい

- 0歳児…うがいはまだできない時期なので、離乳食のあとにお茶や湯冷ましを飲ませて、「お口、さっぱりしたね」と言葉をかけてあげましょう。
- 1歳児後半…クチュクチュ、ペットの練習から始めましょう。ポイントはママやパパがお手本を見せながら一緒にすることです。まずは口に水を含んでペッと吐く練習を。それができたら、水を口に含んでクチュクチュ動かす練習をします。
- 2歳児…ガラガラうがいの練習をしましょう。ポイントは1歳児後半のクチュクチュ、ペットの教え方同様に、ママやパパがお手本を見せて一緒にしてみましょう。

言葉がけをしてあげることで、「清潔にすることって気持ちがいい!」ということがわかってきます。その場に合った言葉がけをたくさんしてあげてください。

