



わかまつ保育園 平成25年9月25日 発行

## 公園紹介

前回の公園紹介は保育園でお散歩へ行く近隣の公園をお知らせしました。今回は、保育園でバス遠足へ行った保育園からはちょっと離れた公園をご紹介します。近くて安くて楽しいところへのお出かけ場所としては公園が一番！ドライブがてらのお出かけはいかがですか？保育士おすすめの公園もご紹介します！！

### 麻溝公園（相模原市）



どんぐり組のお友だちが行きました。

広場の他に遊具や動物園がありいろいろなことが楽しめます。元気いっぱい遊んだ後に広場で食べるお弁当は格別だったようでみんな笑顔になっていました。

### 鹿沼公園（相模原市）



さくらんぼ組のお友だちが行きました。

公園には池があったり、いろいろな自転車に乗れるコーナーがあったりといろいろな楽しみ方が出来ます。春には、桜が咲き乱れてとてもきれいな公園です。

### 海老名運動公園冒険広場（海老名市）



ゆず・ひめりんご組のお友だちが行きました。

運動公園の中にある広場で、とても大きな遊具があります。身体を使ってたくさん遊べる場所です。遊んだ子どもたちには大好評でした。この他に、テニスコート、サッカー場、野球場などもあります。

ここからは、保育士おすすめの公園です！

### 引地台公園（大和市）



大和市にある公園です。野球場が一緒にあります。夏には、高校野球の地区大会などが開かれています。たくさんの木々に囲まれた中に遊具やアスレチックがあり日陰も多いです。また、プールもあるのでいろいろな楽しみ方ができる公園です。

### ゆとりの森（大和市・綾瀬市）



大和市と綾瀬市にまたがって広がる大きな公園です。ローラーすべりやふわふわドームなどたくさんの遊具があります。1日遊んでもまだ遊び足りないほどの広さがあるので子どもたちはとても楽しめると思っています。広くて人も多いので、迷子にはご注意ください！

### 防災の丘（厚木市）



厚木市にある公園です。複合の大型遊具やふわふわドーム、大型すべり台などの遊具があります。水遊びができる大きな池が公園内にあるので、着替えを持って遊びに行くと、まだ残暑の日中でもまだまだ楽しめると思っています。

今回、ご紹介させていただいた公園のほかに楽しく遊べる公園、広場、「ここに子どもを連れて行ったら楽しそうに遊んでいた！」という場所をご存知の方は教えてください！！園だよりで紹介していきたいと考えています。

## 個人面談

10月中旬より11月にかけて個人面談を行います。

園でのお子様の様子や、ご家庭での様子などお話ができればと考えています。面談の時間は、16:00以降でクラス担任と相談させて頂きながら、無理なくすすめていけたらと考えています。

詳細は、後日プリントにて配布いたします。



## 運動会について

11月2日（土）は、記念すべき、「第1回 わかまつ保育園 運動会」です。

場所：若松小学校 体育館  
 時間： 9：15 現地集合  
 9：30 開始  
 12：00 終了予定

※保育園より、パンが出ます。

持ち帰りしてお家で食べて下さい。



## 保育ウィークについて

11月5日（火）～9日（金）は、相模原市の保育ウィーク期間です。

相模原市にある保育園が一斉に保育園についての情報を、地域の方々や入園を考えている保護者の方々へ広く発信する期間です。

期間中は、どの保育園も自由に見学することができます。

## 今後の予定

※予定が変更になる場合もございますので、あらかじめご了承ください。

### 10月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2 誕生会	3	4	5	6
7	8	9	10 遠足	11 身体測定	12	13
14 体育の日	15	16	17 内科検診	18	19	20
21	22	23	24	25 避難訓練 (不審者・火災)	26	27
28	29	30	31 ハロウィン			

◎⇒写真撮影日

★⇒家庭保育協力日

### 11月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2★ ◎ 運動会	3 文化の日
4 振替休日	5	6 誕生会	7	8 身体測定	9	10
11	12 歯科検診	13	14	15	16	17
18	19	20 遠足 (登山)	21 内科検診	22 避難訓練 (火災)	23 勤労感謝の日	24
25	26	27	28	29	30	

※11月5日（火）～9日（金）は、  
保育ウィークです。



10月10日（木）は、遠足です。お弁当の日となっています。  
当日は、給食がありませんので、ご用意をお願いします。



万が一、保育園に電話が繋がらなかったときは、  
下記の番号へお電話ください。

TEL：080-9453-1135



**図書コーナー利用にあたってのお願い**

いつも図書コーナーの本を借りていただき、ありがとうございます。  
たくさんのお友だちに読んでいただいて、絵本たちもとても喜んでいることと思  
います。そこで、よりよく利用して頂くために次の3点のお願いがあります。

- ☆本は借りたら、返却して頂いてから、次の本を借りるようにしてください。
- また、返却時は保育士に返すようにしてください。
- ☆本の貸出期間は一週間です。期限を守って利用してください。
- ☆絵本コーナーの本は、みんなの本です。本は丁寧に扱ってください。





早いもので、もうすっかり季節は「秋」ですね。過ごしやすくなったのは嬉しいのですが…。朝夕の気温が急に低くなり、日中、太陽が顔を出している時間帯との気温差が激しくなってきました。この気温差によって、子どもたちも、鼻水や咳が見られています。

今回は、「鼻水」と「咳」についてお話ししたいと思います。

## 鼻水について

鼻水には、大まかに、「透明のサラサラした鼻水」、「黄緑色の鼻水」があります。その原因には、一般的に何がるのでしょうか？

「透明のサラサラした鼻水」→風邪やアレルギーが原因  
「黄緑色の鼻水」→ウイルスや細菌が原因

では、それぞれの代表的な病気を見ていきましょう！

「透明のサラサラした鼻水」 代表格：花粉症

**原因** スギやヒノキ、秋はブタクサなどの花粉が目や鼻の粘膜を刺激するため

**主な症状**

- 目の強いかゆみや充血、目の真っ赤なはれ
- 鼻のかゆみやくしゃみ、鼻水
- 鼻づまりで寝付けない
- 発熱はほとんどなく、あっても微熱程度

**注意点** ☆最近では、1歳代で花粉症にかかる子どもでています。鼻水が長引く、鼻づまりがひどく寝付けない、特定の時期に鼻づまりがひどくなるなどといった様子が見られたら、花粉症の可能性ががあります。

## 「黄緑色の鼻水」 代表格：副鼻腔炎

**原因** 鼻の粘膜へのウイルスや細菌が感染して炎症をおこすため

- 主な症状**
- ・ひどい鼻づまり
  - ・黄緑色の粘り気のある鼻水
  - ・たんがからんだ咳 など…
  - ・頭がぼーっとして、注意力が散漫になる
  - ・発熱や頭痛を伴うこともある



**注意点** ☆予防のため鼻水が出たらこまめにかみ、鼻の中の換気を良くしておくことが大切です。その際、片側ずつ優しくかむことが鼓膜を痛めないのです。

☆服薬や鼻の奥にたまった鼻水の吸引で治しますが、治るのに時間がかかります。しかし、途中でやめると感染が慢性化して蓄膿症になりやすいので、治るまで継続することが大切です。

☆風邪の症状と似ているため、小児科を受診しても見過ごされてしまいがちです。10日以上続く場合は、副鼻腔炎を疑い耳鼻科受診をお勧めします。

## 咳について

咳は、のどに入った異物を追い出す防御反応です。ただし、病気のサインの可能性もあります。咳以外の症状で急いで病院受診がよいものをお知らせします。

嘔吐、発熱、首の痛みがある ⇒ 髄膜炎の可能性が考えられます。

ヒューヒュー、ゼーゼーとのどが鳴る ⇒ 気管支ぜんそくの可能性がありますが、10～20分しても症状が治まらないときは、急ぎ小児科へ。

犬の遠吠えのようなせき ⇒ クループ症候群の疑いがあります。

ほかに身体の異変がある ⇒ 発熱して鼻水がでる、ゴホゴホした咳が出て顔色が悪い、ぐったりしているというときは、肺炎の可能性もあります。

のどに異物がある ⇒ 誤飲の救急処置をしても取れないときは小児科へ

# 今後の予定

※予定が変更になる場合もございますので、あらかじめご了承ください。

## 10月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2 誕生会	3	4	5	6
7	8	9	10 遠足	11 身体測定	12	13
14 体育の日	15	16	17 内科検診	18	19	20
21	22	23	24	25 避難訓練 (不審者・火災)	26	27
28	29	30	31 ハロウィン			

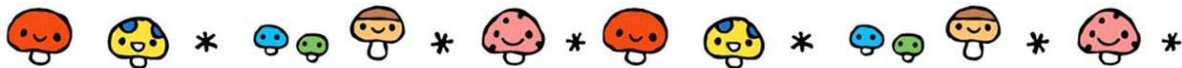
◎⇒写真撮影日

★⇒家庭保育協力日

## 11月

月	火	水	木	金	土	日
				1	2★ ◎ 運動会	3 文化の日
4 振替休日	5	6 誕生会	7	8 身体測定	9	10
11	12 歯科検診	13	14	15	16	17
18	19	20 遠足 (登山)	21 内科検診	22 避難訓練 (火災)	23 勤労感謝の日	24
25	26	27	28	29	30	

※11月5日(火)～9日(金)は、  
保育ウィークです。



よろしく  
おねがいします。

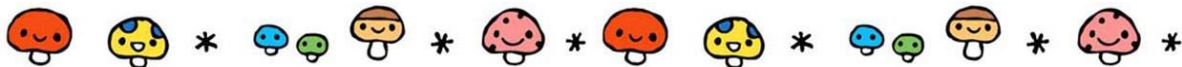
10月10日(木)は、遠足です。  
お弁当の日となっています。

当日は、給食がありませんので、ご用意をお願いします。



万が一、保育園に電話が繋がらなかったときは、  
下記の番号へお電話ください。

**TEL: 080-9453-1135**



20日の中秋は、満月と重なりとてもきれいでしたね。次回、満月と重なるのは8年後だそうです。その前の年は、オリンピックが東京で開催されることが決定しましたね。7年後、8年後とみんなはどんな小学生・中学生になっているのでしょうか…？そして、自分は…(笑)今からとても楽しみです。(もとむら)