



# 12 ぞいーむらっしゅ

2022年12月15日発行  
発行 からまつ保育園  
〒193-0801 八王子市川口町 1543

クリスマスのステキな飾り付けや灯りが、色々な場所で見られ、心がワクワクするシーズンです。楽しいイベントも多くありますが、体調管理をしっかりとおこないながら、新しい年を迎える準備をしていきましょう。

## < 開室時間 >

月～金曜日 : 10:00～12:00  
13:00～16:00

(土)・(日)・(祝)は休館です。

## < 受付時間 >

月～金曜日 : 10:00～17:30  
TEL : 042-654-3377  
FAX : 042-654-3939  
Eメール : karamatu@din.or.jp

## 子どもの心を豊かにする言葉かけ



親から感謝されることは、「親から高く評価される(褒められる)」ことに匹敵するほど、子どもの心を満たしてくれます。子どもは「だれかの役にたっている」「貢献できている」と思えたときに、自分が必要な人間であることを実感します。感謝の言葉は、積極的に言えるシチュエーションを作るよう心がけてみましょう。その際は、しっかり目を見て伝えましょう。

## < 感謝のマジックワード♪ >

お問い合わせ・子育てで  
お悩みの事は…  
「からまつ保育園」まで  
お気軽にお電話ください。

からまつファミリー  
サポートセンターの  
ご利用、お待ちしております。

### 「ありがとう」

相手から何かしてもらった時には  
感謝の気持ちを伝えることを  
知ります。



### 「うれしいな」

自分のしたことが相手に喜ばれて  
いることに肯定感を持ちます。



### 「たすかったよ」

子どもは役割を感じ、認められたと  
いう自信につながります。



～今年もありがとう  
ございました～

12/29(木)～1/3(水)は  
休館日となります。

今年もコロナが収束に向かわず、  
まだまだ行動に制限がかかるところ  
でございますが、皆さまが元気に  
そして、楽しい毎日を送れるよう、  
願っております。

今後もぜひ、からまつファミリ  
ーセンターをご利用いただければ  
嬉しく思います。

どうぞ、よいお年を  
お迎えください。





ご家庭にその時季に合った  
子育てのヒントをお知らせします。



## 保健

### 【インフルエンザとコロナウイルスの違い】

	インフルエンザ	コロナウイルス
潜伏期間	1～3日間	2～4日間
感染経路	飛沫・接触	飛沫・接触 エアロゾル
症状	発熱・頭痛 関節痛・筋肉痛 倦怠感・咳・鼻水 のどの痛み・下痢	発熱・のどの痛み 咳・鼻水・頭痛 関節痛・息切れ もしくは無症状
療養期間	発症後5日経過（発症した日を0日）かつ解熱後、乳幼児にあたっては3日を経過するまで（解熱した日を0日）	発症日を0日として7日間



症状での判断は難しく、検査する必要があります。

## 栄養

### ～もうすぐ冬至です～



冬至とは…

一年中で昼が一番短く、夜が一番長い日のことです。今年12月22日(木)になります。かぼちゃを食べたり、ゆず湯に入る習慣があります。

#### なぜ、かぼちゃを食べるの？

かぼちゃの旬は夏ですが、貯蔵ができることと、冬野菜に少ないビタミンを多く含んでいるため、無病息災を願って食べられています。



#### なぜ、ゆず湯に入るの？

「冬至」と「湯治(湯に入って病を治す)」をかけていること、ゆずだけに「融通よくいきましょう」という意味があったそうです。また、強い香りには邪気を払うと考えられています。

当日はゆず湯に入って、みんなで温まりましょう。