



べこのこだより

親子ひろば『べこのこ』

浜松市中央区高丘東3-54-18

葵ヶ丘こども園

Tel 053-437-7952

11月号
令和7年10月29日発行 <https://aoigaokahoiku.com>



日ごとに日暮れが早くなり、秋から冬に移り変わろうとしています。ミノムシさんも枝や葉を着込み、冬支度を始めました。これからの時季、空気が乾燥し、体内にウイルスが侵入しやすくなるので要注意です。手洗い・消毒をこまめに行い寒さにまけず、元気に過ごしましょう。



11月の予定

★19日(水)音楽あそび

♪こども園のお友達と一緒に歌や楽器に触れてみよう

場 所: べこのこのおへや(ホール) ♪♪♪

時 間: 10:00~11:30

午後の【あそびの広場】はお休みとさせていただきます



おままごとコーナー



サーキット遊びの様子



園庭あそびの様子



《熱・鼻水・鼻づまり・咳》風邪をひくと、熱が出たり、鼻水、鼻づまり咳、痰がでます。何故このような症状が出るのか、どう対処したらいいのでしょうか？



熱が出る理由・・・①ウイルスや細菌を増やさないため。②免疫細胞の働きが活発になる(自力で治す)

鼻水・・・ウイルスや細菌を追い出すために出ます。一番のおすすめは、鼻水を吸い取ること。

鼻づまり・・・これ以上病原体入ってこないようにブロックする働き。

咳・・・ウイルスや細菌を外に追い出そうとする働き。なるべく加湿、加温、こまめな水分補給で乗り切る。咳が長引く場合は、気管支炎や肺炎、喘息ではないかをチェックしてもらいます



「食」のことわざ “米”

「米の字の祝い」

米の字を三つに分けると「八十八」という言葉になりますね。このことから八十八歳のお祝いを「米寿の祝い」や「米の字の祝い」と言うのです。

「青田から飯になるまで水加減」

米は、田んぼに植わっている状態から炊飯器で炊くまで、常に「水加減」が影響するという意味。つまり「どんなことでも加減が大切」という教えなのです。



ドクターから一言

嚥下(えんげ)学習に離乳食は重要!!



食物の飲み込む(嚥下の獲得)機能は離乳食の時に身につきます。嚥下は離乳食の初期食で繰り返し練習することで獲得できます。

この時期には、呼吸と嚥下との協調運動の学習が特に重要です。ペースト状の食物がきちんと「ごっくん」できるように焦らず練習しましょう。

