



12月

森のひろば

ログさんち便り

第150号

2020 おおくらの森保育園

ログさんち便りが今号で 150 号を迎えました！いつも遊びに来てくださる皆さんのおかげです。ありがとうございます。ツンとした冷気の香りが感じられるおおくらの森には、ログさんちの庭から新しい遊歩道が開通しました。紅葉の森への美しいアプローチとなっています。ぜひおいでください。

ログさんちの様子



遊歩道が
開通しました！



子育てお話し会



野菜を収穫しました

【発行元】森のひろば ログさんち 玉名市大倉 1503-1 Tel/Fax 0968-74-6931

*開所時間 9:30 ~ 14:30

*子育て相談電話 9:30 ~ 16:00

「ログさんち」のホームページに、「ログさんち便り」や楽しい遊びの様子を載せていますのでご覧ください。

ログさんち

検索



ログさんち
QRコード

12月の計画

日	月	火	水	木	金	土
誕生会などの予約は、12月1日(火)9時30分から受付開始です(電話も可)。		1 クリスマスの飾り付け	2 (別記) ビギナーズデー	3 自由遊び	4 折り紙遊び	5
6 	7 自由遊び	8 (別記) 誕生会	9 シール遊び	10 身体測定 ①10時～ ②11時～ ③13時～	11 お話の読み聞かせ	12
13	14 ぬりえ遊び 	15 (別記) クリスマス会	16 (別記) 親子体操教室	17 自由遊び	18 (別記) エンジョイ☆イングリッシュ 	19
20	21 お外で元気に遊びましょう 	22 (別記) クリスマス会	23 自由遊び	24 (別記) 自然くらぶ 	25 ログさんちピカピカ大作戦	26
27 	28 ログさんちピカピカ大作戦	29 そうきんを持ってきてね!	30	31 みなさん良いお年を…。		

ビギナーズデー

子育て支援センターやログさんちに行ってみたいけど、きっかけがなくて…という方、この機会に遊びにきませんか？初めてのみんなが集まって友達になりましょう。

●日時：12月2日(水) 10:30～



要予約 12月生まれの誕生会

12月生まれの誕生会です。対象は誕生児さんと保護者の方に限らせていただきます。

●日時：12月8日(火) 10:30～
(誕生カードの写真を撮りますので早めに来てください)



要予約 クリスマス会

バイオリンの音色に癒されながら、クリスマス会を行います。今年もサンタさんが来てくれるかな？希望の日を予約してください。

●日時：12月15日(火)・22日(火) 10:30～
●場所：ログさんち

要予約 親子体操教室

親子で元気いっぱい体を動かしましょう。かけっこやハイハイなど小さい子どもでもできる運動を楽しめます。動きやすい服装でご参加ください。

●日時：12月16日(水) 11:00～
●持参物：水筒・タオル

要予約 エンジョイ☆イングリッシュ

ベンジャミン先生が、音楽に合わせて動物や野菜・数字などの英単語の発音をしたり、本の読み聞かせをしたりしていただきます。初めての方を優先させていただきます。

●日時：12月18日(金) 10:30～



自然くらぶ

初冬の森でフィールドゲームを楽しんだり、野菜の種まき・収穫などの農園体験をしたりする時間です。汚れても良い服装でご参加ください。

●日時：12月24日(木) 10:30～
●服装：帽子・水筒・長靴 ●雨天中止

3密を避けるため、室内の状況を見て人数制限をさせていただくことがありますのでご了承ください。

状況により、上記の活動計画は変更になる場合があります。来所前に「ログさんち」のホームページ>新着情報にてご確認くださいませようお願いします。





ログさんち 子育て情報板



年越しそば



年越しそばは、江戸時代中期からの習慣といわれています。「細く長く達者に暮らせることを願って」といわれていますが、そばが切れやすいことから、1年間の苦労を切り捨てて翌年に持ち越さないように願ったり、一晩風雨にさらされても、翌朝日がさせばすぐに立ち直るのにあやかって、新しい年こそはという意気込みで食べるものともいわれています。また、金銀細工師は飛び散った金をそば粉を使って集めることから、金を集めるという縁起も込められているとか。四季折々節目には、健康で豊かな暮らしを願った先人の知恵や工夫が食卓を彩ってきたのですね。

今月の食材 【カブ】



〈選び方〉

- 青々としてピンとしている葉付きのものが新鮮。
- 根は丸くて白く、つやがあって、ひび割れていない物。ひげ根がついているものも新鮮な証拠です。

〈栄養分など〉

カブの葉には、緑黄色野菜のカロテン、ビタミンC、鉄、カルシウムなどが含まれています。根は、ビタミンCを多く含み、デンプンを消化する酵素「アミラーゼ」が消化を助け、整腸作用もあるため、おなかに優しい食材です。葉酸も豊富なので、妊婦さんにおすすめです。



今まで遊んでいたのに、急に嘔吐した！冬の代表的な病気のひとつ「ウイルス性胃腸炎」。びっくりしてしまいますが、落ち着いて対応しましょう。

◇外来でみる感染症◇ ②ウイルス性胃腸炎



●症状

ロタウイルスやノロウイルス、アデノウイルスなどによる、うつる病気です。突然吐き始め、続いて水のような下痢（レモン色～白色）になります。熱が出ることもあります。1週間くらいでよくなります。

●治療

薬も処方しますが、家庭での食事療法が一番大切です。吐き続けるときや脱水が強いときは、点滴や入院が必要になります。

■家庭での治療

- ①吐いたら飲むな：吐き気が強い間は、しばらくは何も飲ませない。
- ②まずは水分から：吐き気が落ち着いてきたら水分を少しずつ飲ませる。（アクアライト、ソリタ顆粒、野菜スープ、うすめたリンゴ果汁など）

- ③下痢だけになったら：便のようすをみながら少しずつ消化の良い食べ物を与えていきます。（詳しくはログさんち便りの9月号に掲載しています。HPからご覧ください。）

こんな時は早めに受診を

- ①病院から戻っても吐き続けるとき
- ②元気がなく、顔色が悪いとき
- ③唇が渴いて、おしっこが少ないとき

★次に受診するまでに家庭で飲んだ水分の量、下痢や吐いた回数などをくわしくメモしておきましょう。

出典：お母さんに伝えたい子どもの病気ホームケアガイド第2版
（日本外来小児学会 編著）

森の木紹介 ★ハゼ/キ★ （黄櫨）



ふくろうの丘駐車場の一角に立つ。ウルシ科ウルシ属の落葉高木。果皮から蠟（ろう）を採る。江戸時代、細川藩が栽培を奨励。その名残が菊池川下流右岸に今も並木としてある。同属には触るとかぶれるウルシ、ヤマウルシも。



先月の自然くらぶでは、牛乳パックプランターにチンゲンサイとホウレンソウの種をまき、農園ではまだまだ頑張ってくれているナス・ピーマン・オクラの収穫や、以前植えたコマツナ・ダイコンなどの間引きをしました。何度も参加してくれている子どもたちは、収穫が上手になりました。くぬぎの森では、そろそろ落ち葉遊びができる季節になります。たまには時間を忘れて親子で楽しみましょう。

自然くらぶに参加された方の感想

・野菜の収穫を毎回させていただいているおかげか、子どもがスーパーでナスやピーマンを見ると「ログさんちでとったねー」と言います。体験を通して得た知識は、本当に定着するなと実感します。
 ・初めての参加でしたが楽しかったです！なかなか土に触れる機会もないので、とても良い経験になりました。1歳半なのでどうかな？と思いましたが、ナスやピーマンなどうれしそうに触っていたので良かったです。また参加したいです。



子どもの幸福度

環境教育支援室長 林田 茂喜

ユニセフ（国連児童基金）がこのほど発表した「子どもの幸福度」調査によると、日本は総合順位でEU、OECD加盟38カ国中20位。オランダが第1位で、デンマーク、ノルウェー、スイス、フィンランドの順でした。

日本の子どもたち（5～19歳）は、死亡率や肥満などの身体的健康では最優秀の1位ですが、読解力、数学分野の学力などのスキルは27位。一番気になるのは、生活満足度と自殺率で見た精神的幸福度が37位と下から2番目。もう少し詳しく見ると、新しい友達をつくるなどの社会的スキルと生活満足度が37位、自殺率はニュージーランド、リトアニアとともにワースト3に入っている。身体的健康が総合順位を引き上げているものの、精神的幸福度との大きな不均衡が目立つ。専門家は、この背景には学校でのいじめや過度の受験競争が影響していると分析している。

日本ユニセフ協会大使で教育学博士のアグネス・チャンさんは「事態はもっと深刻」と見る。日本では子どもが従順な「良い子」でないと親が後ろ指をさされる。エリート校へ

合格すると親が崇拜される。こうした社会的圧力が両親にのしかかり、とばっちり子どもが不幸になる。行儀と学業成績で評価されることは子どもの自尊心を傷つけ、自尊心を失えばいじめに走ったり、比べられることを拒んで閉じこもる子も出て来ると指摘しています。そして「日本は子育てのゴールへの優先順位を考え直す必要があるだろう。子どもを他と比べない。好きな分野を伸ばす。子どもの“自分はこれでいいんだ”という自己肯定感が精神的幸福度を高める。息子が“happy”なら私の子育てはOK。社会的スキルは学業成績より優先。そして精神的幸福度が私の子育て戦略の中で最も重要」と語っています。

（参考資料：ユニセフHP、アグネス・チャンの著作）



◆ 今月の一句 ◆
主婦の座に定年欲しき十二月

（埴きく）



木と花 クイズ



漢字の私は誰でしょう？

- ① 枯蓮 ② 榧 ③ 柵木犀



答え

- ①かれはす
②かや
③ひいらぎもくせい



たまログURL QR コード

玉名市子育て応援サイト「たまログ」 <http://tama-log.org>

玉名市の子育て支援情報をスマホやパソコンで見ることができます。各子育て支援センターの12月の活動予定も見ることができますので、どうぞ気軽にご利用ください。

玉名市 たまログ 検索