



過ごしやすい季節がやってまいりました。夏にいろいろな経験をし、ぐっと成長されたお子さんたち。夏の疲れや季節の変わり目ということで、体調を崩しやすい時期でもあります。季節の旬の野菜を使ったバランスのとれた食事、又、晴れた休日には親子で戸外に出かけ身体を動かして健康にお過ごしください。

「エンゼルタイム」ってなあに？

エンゼルでは、「いつもの保育園に行けなかったけれど楽しかった」と思ってもらえるような、楽しい時間の提供を心掛けています。これを「エンゼルタイム」と呼んでいます。

エンゼルタイムではパネルシアター、紙芝居をみたり、季節の歌、楽しい手遊び、製作をしたりすることもあります。一人ひとりの病状、年齢、様子を考慮して無理のないように工夫して行っていますが、お子さんが歌を口ずさみ始め、皆で歌いだしてエンゼルタイムになる時もあります。

お子さんが安心してすごせるように、オリジナルの紙芝居「エンゼルさんであいましょう」でエンゼルの一日をお子さんに分かりやすく伝えています。その中からいくつかご紹介します。楽しい仕掛けもあります。



エンゼル宮前 保育士

RSウイルス感染症とヒトメタニューモウイルス感染症 普通の風邪と思ったらゼイゼイして……

どちらのウイルスも気道感染症の原因となり、一般的によく起こる風邪の原因の一つで、同じような症状が見られます。

はじめは、熱や、鼻水の風邪だと思っていたら、数日でせきやゼイゼイが多くなります。

大人や年長児では軽い風邪でおわってしまうことが多いのですが、乳児や初めて感染した時は、気管支炎・細気管支炎・肺炎など下気道感染症をおこすことも多いと言われています。悪化すると入院治療することもあります。

ゼイゼイが強くなったり、呼吸が苦しそうな場合は早めに通院した方が良いでしょう。



エンゼル宮前 看護師



スマイリークッキング

秋にはかぼちゃを食べるご家庭も多いのではないのでしょうか？冬至かぼちゃは魔除けになると言われることもあります。実際には抗酸化作用のビタミンA（カロチン）、C、Eが含まれていて、風邪の予防に良い野菜です。秋の夜長にかぼちゃケーキを作ってみませんか？

〈 かぼちゃのケーキ 2人分の材料 〉

- ①かぼちゃ 170g ②小麦粉 50g
- ③ベーキングパウダー 2g ④バター 10g
- ⑤砂糖 20g ⑥卵 60g
- ⑦スキムミルク 10g ⑧水 10cc

〈 つくりかた 〉

- ①かぼちゃは皮をむき、レンジにかけうらごしをする。
- ②ほかの材料と合わせ混ぜ、焼き型に入れる
- ③180℃のオーブンで、15分焼く。串をさして材料がついてこなければできあがり。

エンゼル宮前 調理師

