



# 給食ひろば



〒020-0831  
盛岡市三本柳 6-1-10  
Tel.019-614-0821

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society 日赤岩手乳児院

令和4年 冬号



# ピヨピヨだより No.92

## おやつ役割

1. 一度に摂取出来ない子どもの不足している栄養素の補給 (食べむらのある児には欠かせない栄養素)
2. リラックスして気分をリセット (心も体もリラックスして、楽しい気分にする)
3. 果物で季節を感じる (季節毎に変わる果物を使っておやつ作り)
4. いろいろな食感を体験できる (パリパリ、サクサク、プニユプニユ)



歌と音楽でノリノリ

## 栄養士2名によるエフロンシアター

視覚と聴覚を使ってお料理するって楽しいな!



みんな真剣にお話を聞いていま〜す

## クリスマスイヴ

12月24日の夕食は、お子様ランチ風のクリスマスメニューです☆

## ハロウィンランチ

本日のランチ『バラエティーおむすび』色んな具材を楽しもう。



蓋を開けるとジャーン!

## 「御食い初め」



お赤飯や、鯛でお祝いです。生後100日たったんだね。

## 災害時、家族のごはんは大丈夫?

日本は災害の多い国、毎年どこかに被害がもたらされています。現在、防災の備蓄ゼロの家庭が40%を占められているとされています。後回しにしがちな防災食を改めて備蓄しましょう。そして、普段に時々食べてみる。食べた分だけ補充する備蓄法を「ローリングストック」と言います。自分のために家族のために備えておきましょう。



そばアレルギーのあるお子さんは、うどんやそうめん、よいお年を...



楽しくウキウキする12月。心待ちにしていたクリスマス会もコロナ感染により、中止になってしまい、子どもたちも職員も少しがっかりしています。そんな時、なんと！サンタクロースがやってきたのです。思いがけない訪問にみんな大喜びでした。子どもたち一人ひとりにプレゼントを渡して下さり、記念写真も撮りました。サンタさん、ありがとうございました!!

保護者の皆さんには、ご心配をおかけしましたが、子どもたちはみんな元気に遊んでいます。今後も子どもたちと一緒に頑張っていきたいと思っております。今年一年、ご協力ありがとうございました。2022年も残すところあと数日。毎日を大切に過ごしていきたいですね。



サンタさんありがとう

ひゃっほー♡

うれしいね!

見つめ合っています...

## 冬至 ゆず湯



ゆずのお風呂は気持ちいい! みんな大喜びです。身体を温めるゆず湯に入り無病息災を願いながら寒い冬を乗り切りたいです。



# クラスの子ども達



あつという間に雪が積もり…寒い季節がやってきました!!

体調不良の為なかなか雪遊びが出来ずにはいますが、子ども達は…“歩けるようになった子、つかまり立ちが上手になった子、寝返りが出来るようになった子”等々たくさんの成長を見せてくれています😊

小さな赤ちゃんも大人の顔を見ては嬉しそうに微笑み、日々かわいさが増しています♥

クリスマス会は残念ながら出来ませんでした。サンタさんからプレゼントをもらい📺一緒に写真も撮りました📷

元気になったら、初めての“雪”を沢山体験したいと思います🌨️

うさぎ組

先日、初めての雪遊びをしました🌨️

フカフカの雪を一步ずつ踏みしめながら歩いてみたり、雪の冷たさに驚いてみたり、大人の真似をして雪を丸めてみたりと、それぞれおっかなびっくりしながらも楽しんでいました🌨️

12月23日には待ちに待った“サンタさん🎅”もやってきました!“え??だれ🤨?”と驚きもあったようですが、それぞれ欲しかったおもちゃをもらい、ニコニコで遊んでいます!!

来年も子どもたちにとって、楽しいことがいっぱい1年になりますように☆

うさぎ組



待ちに待った、クリスマス🎄!!

キリン組の子ども達は“クリスマス会”に向けて、装飾作りやはじまりの挨拶、劇の練習を喜んで行っていました🌨️当日の発表は叶いませんでしたが、人前での発表を楽しみにする姿や友達と協力したり応援しあったりする姿に、成長が感じられました😊!!

サンタさんから頂いたプレゼント📺も見せ合いっこしたり、交換したりしながら仲よく遊んでいます🌨️

雪が積もり、寒い日が続いていますが…寒さに負けず元気いっぱいの子ども達と一緒に、雪遊びやお正月遊びを楽しみながら過ごしていきたいと思います🌨️

キリン組

## 心理士より

### 呼吸で笑顔

あたまのなかに かみなりぐもがもくもく。  
このくもがとおりすぎるのをまつよりも、いきのしかたでおいだすのはどう? そう!じぶんのちからで。  
(オーレリー・シアン・ショウ・シーヌ「おこりたくなったらやってみて!」)

このことばを合図に乳児院の子どもたちは呼吸法を練習しています。緊張、怒り、不安な気持ちのときに深くゆっくりとした呼吸をすることで、気持ちを落ち着かせ、リラックスすることができるのです。

深くゆっくりとした呼吸は、自律神経のバランスを整え、心身の状態を改善する効果があります。そして、不思議なことにこのゆったりとした呼吸、落ち着いた気持ちは周囲の人にも伝わっていきます。落ち着いてリラックスしている人が近くにいると、周りの人の呼吸も落ち着き、その場所全体が穏やかになっていくのです。

新しい一年、子どもも大人も呼吸を整え、こころと身体を健康に保ちましょう。



## 施設間交流

## ～秋田赤十字乳児院～



日本赤十字社の乳児院では、施設間交流を行っています。今回は、秋田赤十字乳児院から鈴木看護師がいらしてくださいました。

赤十字の乳児院同士、今、まさにやっている感染対策や看護、養育、保育など情報交換する中で、たくさん勉強させていただきました。今後の乳児院の養育に活かしていきたいと思っています。

赤ちゃんたちをいっぱい抱っこして、いっぱい遊んでくださり、ありがとうございました。

また、お会いできる日を楽しみにしています!

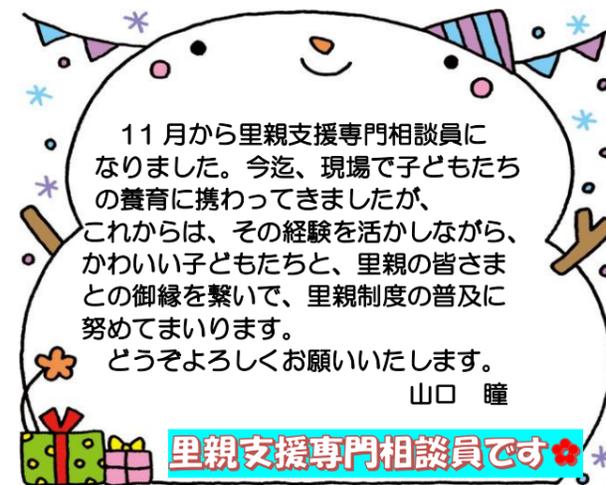
## 行事予定

1月

お年玉プレゼント  
手形足形  
誕生会

2月

豆まき会



11月から里親支援専門相談員になりました。今迄、現場で子どもたちの養育に携わってきましたが、これからは、その経験を活かしながら、かわいい子どもたちと、里親の皆さまとの御縁を繋いで、里親制度の普及に努めてまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。  
山口 瞳

里親支援専門相談員です🌨️

## 看護師長より

師走の中。とうとう乳児院にもコロナウイルスがやってきました。各児童相談所等、関係機関、保護者の皆様にはご心配をおかけしました。おかげさまで重症化することなく経過しました。

まだまだこれから、インフルエンザ、RS ウイルスが私たちを攻撃してきますが、職員と子どもたちで感染対策しながら乗り越えていきたいと思っています。これからも乳児院の運営へのご協力と、ご理解をよろしくお願いいたします。

最後に、今回のコロナウイルス感染に対して、ご指導、物品の提供等、ご尽力いただきました盛岡赤十字病院には、この場を借りて感謝申し上げます。