

ミルク ルパワー

 日本赤十字社 茨城県支部乳児院 第29号 令和6年 秋号



長く暑い夏がようやく重い腰を上げて去り、秋風が心地良い季節となりました。散歩に出かけた子どもたちも、色づいた葉っぱを踏んで音を楽しんだり、緑色のドングリを見つけて目を輝かせたりして、四季の移り変わりを楽しんでいます。

体を動かして遊んだ後は、食欲の秋！美味しい食事の時間です。乳児院では春から、庭のプランターでナスやピーマンなどの野菜を栽培したり、ご協力頂いた畑に芋掘りに出かけたりしてきました。自分たちで収穫した野菜や、買い物体験をした食材を使ってクッキングも行い、食べ物を身近に感じられるよう食育を行っています。おかげでみんな好き嫌いが少なく、野菜も魚も肉も、美味しく食べることができます♪

自分の体をつくる、大事な『食事』。これからも色々なものに興味をもち、意欲的に生活ができるよう、楽しく食べる時間を大切にしていきたいと思います。

子どもたちの姿

うれしいお出かけ



普段の生活の中で、散歩や買い物に出かけるほか、誕生月にプレゼントをお店で選んだり皆で水族館や公園へ外出したりと、社会見学の機会を設けています。

楽しい思い出をたくさんつくっていきましょうね！



季節を感じながら



ゆったりふれあい遊び



四季折々の行事



ハロウィンのお菓子を頂きに行ったり、七五三参りに出掛けたりと地域交流も行いました。

食育コーナー

9月の行事食

- 🍃 つきみうどん
- 🍃 里芋のごまあえ
- 🍃 ぶどう



中秋の名月が空にのぼる十五夜のメニューは、まん丸の玉子焼きとうさぎのシルエットがのる月見うどんと旬の里芋のごまあえ、ぶどうです。行事にちなんだ食事を美味しく頂きました。

クッキングの様子



春に植えた夏野菜がたくさん収穫でき、みんなでお世話した野菜を使ってクッキングを行いました。サラダやスイートポテトなど美味しく出来上がりました。



小規模グループケアたんぽぽ



より家庭に近い環境のなか、少人数で過ごしているたんぽぽ組さん。昼食のお米を研いで炊いたり、自分の着替えを畳んでダンスに仕舞ったりとお手伝いも楽しく行っています。身の回りのことを自分ひとりでやりきる意識が育ってきて、着替えや食事など張り切って取り組んでいます。自分たちの安心できるスペースでのびのび活動しています！





保健だより

風が冷たく感じる季節となってきましたが、子どもたちは元気いっぱい！楽しく戸外で遊んでいます。朝晩の気温が下がり空気が乾燥してくると、気を付けたいのが風邪です。気温がぐっと下がった後は、子どもたちにも咳や鼻水の症状が見受けられます。うがいや手洗いは風邪予防の基本ですが、規則正しい生活リズムを心掛けて、ウイルスを寄せ付けない「強いからだ」をつくるのが、最大の予防になります。小まめに石けんで手を洗う、早寝早起きをする、3食しっかりと食べることを、健康な体づくりのために意識しましょう。

また、肌寒くなってくるとつい子どもには厚着させたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。厚着をすると体を動かしにくくなったり、汗をかいて余計に体を冷やすことに繋がったりします。反対に、薄着で過ごすことによって皮膚は暑さや寒さを敏感に感じやすくなり、体温調節機能が養われます。また、同時に自律神経のバランスも発達していきます。冬に向けて規則正しい生活で抵抗力をつけ、丈夫な皮膚をつくっていくためにも薄着を心掛けていきましょう。



ご寄付・ご寄贈

たくさんの篤いお気持ち ありがとうございます

吉田様	齋川様	永田様	中島様	井坂様	川田様	関根様
水越様	杉浦様	関根様	高倉様	海野様	中村様	鴨川様
幾志様	デイホームお母さんの家様					
水戸好文ロータリークラブ様		埴歯科様		東京福生ロータリークラブ様		
えだ動物病院様		明治ホールディングス株式会社様			食卓クラブ様	
アサヤ青果様		水戸市社会福祉協議会様		うつぎざき梨園様		
常北保育園様		株式会社キッチニスタ様		かず歯科診療所様		

<amazon 乳児院支援プログラムを通じてのご寄付>

竹田様	高品様	田口様	松岡様	佐々木様	久保様
加藤様	岩本様	鈴木様	加藤様	藤岡様	南様 相川様
その他、匿名希望の皆さま			順不同 (R6年7月~R6年10月)		



編集後記

記事を書き始めた頃ようやく秋風が涼しくなったと思っていたのに、ひと月もしないうちにもう冬の気配が間近になってきました。

子どもたちの厚手の上着を準備したり、厚い掛け布団を出したりとあわてて冬支度を始めています。

紅葉をのんびり眺めたり、天高い空の下で食欲が増したりするひまも無く、もう秋は終わり…??

急いで秋を味わってきます！



編集・発行

日本赤十字社茨城県支部乳児院
〒310-0914

茨城県水戸市小吹町 2673-1

TEL:029-240-3800

FAX:029-243-9300

茨城県支部のInstagramでも
乳児院の様子をご覧いただけます。



NISSEKI.IBARAKI