

# ひよこ組[0歳児]

令和5年度 (2023年度)



社会福祉法人 高針福祉会

西山保育園

〒465-0085

愛知県名古屋市名東区西山本通3丁目7番地2

電話 052-783-2424 FAX 052-783-2425

## ひよこ組 [0歳児]

アプアプ、ヨチヨチ…毎日かわいい姿の子ども達…。

1年のうちで、一番めざましい成長発達を見せてくれるクラスです。

- \* 子ども3人に対して1人の職員が最低基準として配置されます。
- \* 乳幼児突然死症候群を未然に防ぐため、睡眠時は10分おきに担任が様子をチェックし、表に記入して います。

### 一日の流れ

午前		午後	
～9:00	登園・視診 自由あそび	14:30	目覚め・排泄
9:30	おやつ・排泄 (午前睡)	15:00	おやつ
10:00	あそび	15:30～	随時降園
10:45	排泄		
11:00	給食		
11:45	排泄・午睡		

### 服装

1日私服で過ごします。



### 持ち物

- \* 全てに名前を記入してください。
- \* 布製の袋などは手作りでも構いません。(市販のもので結構です)
- \* 次に掲載する物以外はその都度、お手紙やクラス便りでお知らせします。

● 新年度

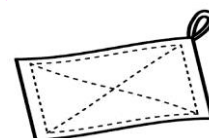
※ 全て名前を書いてください。

持ち物	数	備考
ティッシュペーパー	2箱	箱に名前を書いて持ってきてください。
雑巾	2枚	新しいタオルを4つ折にして、作ってください。(市販の物でも可)
手提げ付きビニール袋 (M)35号くらいの大きさ	100枚	未使用(新品)の物を持って来てください。名前は、外袋のみで結構です。
おしりふき	6袋	袋に名前を書いて持ってきてください。お子さまの肌の状況等で指定の物を使用したいという方は、担任にお知らせください。

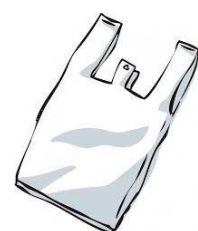
ティッシュ 2箱



雑巾 2枚



手提げ付きビニール袋 100枚

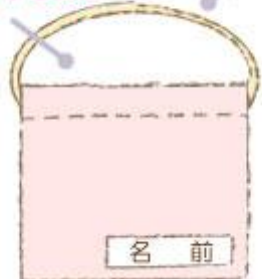


\*外袋に記名してください

● 毎日の持ち物

\* 保育時間によって必要な数が異なりますので、担任と相談してください。

\* 給食用品と授乳用品は、毎日指定場所に置いて下さい。授乳用品は袋(指定はありません)に入れてください。

持ち物	数	備考
連絡ノート	1冊	各種連絡、お子さんの様子をお知らせします。
帽子	1個	布製。あごひも(ゴム)を付ける。 *歩行が安定しているお子さまは、園の帽子を使用します
哺乳ビン、乳首	3~5本	消毒済みの物。
ガーゼのハンカチ	4~5枚	洗濯済みの清潔な物。(ミルクが必要なお子さまのみ)
[給食用品] エプロン3枚 おしぼり3枚 ビニール袋1枚	1組	洗濯済みの清潔な物。エプロンは、33cm×33cm位のハンドタオルに首にかけるゴムを通して作ってください  ★エプロンの作り方 33cm×33cm位のハンドタオル ゴムひもを通す    首まわりにフィットするように、ゴムの長さを調整してください。

● 着替え

- \* 保育室に個別の引き出しを用意します。その中に入れて園に常備しておいてください。使用のたびに 補充をお願いします。
- \* 月令や年齢によって、必要な衣類や枚数に違いがありますので、担任と相談してください。

持ち物	数	備考
下着（肌着）	3~4枚	半袖の肌着（半袖Tシャツも可）を午睡時に着用しますので、1年を通して引き出しに入れておいてください。
上着	3~4枚	
ズボン	3枚	

● オムツ

布製と紙製のどちらの使用も可能です。汚れた紙オムツは、園で廃棄処分します。持ち帰りを希望される方は、担任にお知らせください。（布おむつは、汚物をさっと洗い流すなど、大まかな処理は保育園でいたします）

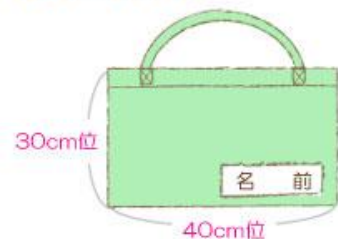
持ち物	数	備考
紙オムツ又は布オムツ	10組	1枚ずつ尻側に見やすくはっきりと名前を書く。
おむつカバー	3~5組	布おむつ使用児のみ。

☆登園時にははいてくるオムツにも必ず記名してください。

● 手さげ袋

- \* 持ち帰りましたら、翌日必ず持たせてください。
- \* 中には手さげつきビニール袋（以前スーパーで配布されていたような形のもの。）を手さげ袋の持ち手に掛けておいてください。

★手さげ袋サイズ

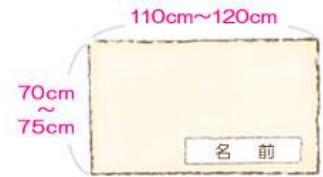


● お昼寝用品（布団・バスタオル）

- \* 布団はカバーをしてください。（袋状で掛け替えが簡単に出来るもの、サイズの合ったもの）
- \* 布団は柔らかすぎない硬めの布団にしてください。（但しマットレスタイプは不可・三つ折りに ためるもの）
- \* 布団サイズは 70cm~75cm × 110cm~120cm 位で、これ以上大きくならない様にしてください。
- \* 掛け布団は、一年を通してバスタオル程度で結構です。（冬季は、床暖房が入ります）
- \* 枕は不要です。

- \* 毎週金曜日、又は土曜日に持ち帰ります。(布団を持ち帰る際には、布団が入る位の大きさで、手さげ付の袋があると便利です。)
- \* シーツを洗濯し、布団を干して、月曜日にまた持参してください。

★ふとんサイズ



## 授乳・食事

### ● 粉ミルク

「森永ドライミルクはぐくみ」または「森永フォローアップミルクチルミル」を使用しています。粉ミルクの費用は保育料金内ですが、別のメーカーやアレルギー対応粉ミルクをご希望の場合は、担任にご相談ください。

### ● 冷凍母乳

対応可能(但し、24時間以内のもの)です。担任にご相談ください。

### ● 離乳食

各園児の発達に合わせて進めていきます。調理室で作ったものと市販品を混合で使用しています。

## トイレトレーニング

月齢に合わせてトレーニングをしていきます。10ヶ月頃から始める場合が多いですが、個人差がありますので、一人一人の様子を観察して指導をしていきます。

### ● オマル、トレーニングパンツ、パンツ

様子を見て使用していきます。トレーニングパンツとパンツは、必要と思われる時期になりましたら、個別にお知らせしますのでご用意ください。オマルは園に用意されています。

## 離乳食を始めるにあたって

離乳とは、母乳または育児用ミルク等の乳汁栄養から、幼児食に移行する過程をいいます。

離乳食は、離乳を始めることで不足している栄養分(鉄分・ミネラル・たんぱく質・エネルギー等)を補給するものです。また、食物をかみつぶして飲み込む練習を行い、様々な食品を与えて味覚を発達させ、食事をするという食習慣を確立させる目的もあります。

### 離乳の準備

- \* 離乳食の受け入れ態勢ができたかどうかをよく観察しましょう。
  - ① 授乳の間隔が一定になってきたか
  - ② よだれの量が多くなってきたか
  - ③ 大人が食事するのを目で追ったり、口をモグモグさせて食べたそうなきがをするか

### 離乳の開始

- \* 離乳の開始とは、初めにドロドロとした食物を与えた時をいいます。(スープやおもゆ等、単に液状のものを与えても離乳の開始とはいいません)生後5ヶ月頃が適当です。
- \* 乳児の摂取機能の発達等を考慮し、早くても生後4ヶ月以降、遅くても発達が良好(首がすわる、支えてやると座れる、食物を見せると口を開ける等)なら、生後6ヶ月中に開始しましょう。



## 離乳食の進め方

### ● I ゴックン期 (5~6ヶ月頃)

—ドロドロ状のものを、ゴックンと飲み込むことに慣れる時期—

- \* 離乳食は1日1回、母乳やミルクを飲ませる前に与えます。離乳食を食べ終わったら母乳やミルクを 欲しがるだけ飲ませましょう。開始後1ヶ月頃から、1日2回にしていきます。
- \* 毎日決まった時間に与えるようにしましょう。
- \* 味つけは薄味にしましょう。
- \* 初めはスプーン1さじ程度から与え、乳児の様子を見ながら増やしていきましょう。
- \* 唇が閉じられるようになり、なめらかにすりつぶした状態のもの(ポタージュくらい)を、ゴックンと飲み込めるようになったら、モグモグ期へ移行しましょう。



### ● II モグモグ期 (7~8ヶ月頃)

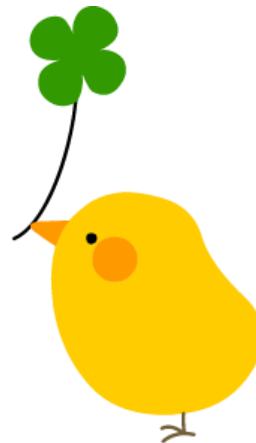
—形あるものを舌でつぶし、モグモグとかむ練習を—

- \* 1日2回、母乳やミルクを飲ませる前に与えます。母乳やミルクは欲しいだけ与えますが、離乳食の量が増えれば自然に減ってきます。
- \* 穀類の他に、たんぱく質・野菜・果物・油類等、組み合わせ、バランスの良い献立にしましょう。
- \* なるべく多くの種類の食品を与え、煮る・蒸す・炒める等、調理法を工夫し変化をつけましょう。
- \* コップで飲む練習を始めましょう。
- \* 大人の食事の中の薄味のを適宜取り入れ、調理法や献立に変化をつけ、偏食にならないよう心がけましょう。
- \* 手づかみでも、乳児が自分で食べるという意欲を大切にしながら見守っていきましょう。又、自分で食べる意欲を満足させる為、手で持ちやすいようなものを作ってあげましょう。
- \* やわらかいもの(豆腐くらいの硬さを舌でつぶして飲み込めるようになったら、カミカミ期に移行しましょう。

### Ⅲカミカミ期・前期（9～11 ヶ月頃）

一歯ぐきでつぶすようにして、カミカミする動作へー

- \* 1日3回、等間隔に時間をあけて与えます。（大人と同じ時間帯が良い。）
- \* 離乳食の量を増やし、離乳食後の母乳やミルクは次第に減量していきましょう。
- \* 食事の中のいたずらが増えますが、発達の一過程として見守っていきましょう。
- \* 歯ぐきでつぶせる硬さのもの（指でつぶせるバナナくらい）を食べられるようになれば、次に移行しましょう。



### ● Ⅳカミカミ期・後期（12～15 ヶ月頃）

- \* 食事は1日3回、その他に1日1～2回間食を用意します。大人と同じ時間でほぼ同じ献立で大丈夫ですが、“軟らかく薄味”を守りましょう。
- \* 自分で食べる習慣を作り、食べやすいスプーンやフォークを用意しましょう。
- \* 心理的なものが食欲に影響するようになってくる為、楽しい雰囲気ですぐに食事がとれるよう、心掛けていきましょう。
- \* 形ある食物（肉だんごくらい）をかみつぶすことができるようになったら完了です。又、園では、牛乳は1歳以降、1日に120cc程度を目安に与えます。

以上のものは、離乳食を進める際の「目安」を示したものです。これを参考にして、乳児の食欲・摂取行動・成長・発達パターンあるいは地域の食文化、家庭の食習慣等を考慮した無理のない具体的な離乳の進め方、離乳食の内容や量、個々に合わせて作ることが望まれます。

すなわち、子どもにはそれぞれ個性があるので、基準に合わせた画一的な離乳としないよう留意しなければなりません。又、乳児が嫌がる時には強制せず、楽しくおいしく食事ができるような環境・雰囲気づくりはきわめて重要です。尚、この時期はあまり肥満の心配はいりません。

☆もし分からない事や心配等がありましたら、保育士までご相談ください。



## 乳幼児突然死症候群（SIDS）について

SIDSとは、それまで元気だった赤ちゃんが、眠っている間に何の前ぶれもなく亡くなってしまふ病気です。年間500～600人前後の乳幼児がこの病気で亡くなっており、これは生まれた乳幼児の約2,000人に1人の割合です。そのほとんどが1才未満の赤ちゃんで、生後1～4か月頃に最も多く発症しています。原因については、窒息などの事故によるものとは異なり、脳における呼吸循環調節機能不全が考えられていますが、単一の原因で起こるかどうかの点も含めて、未だ不明です。

### 乳幼児突然死症候群の特徴

#### ● 疫学調査

- \* 睡眠中の死亡である。
- \* 生後4ヶ月をピークに1歳未満児に多い。
- \* 夏より寒い冬に多い。
- \* 室温が高温環境である。
- \* 衣類、布団の着せ過ぎに多い。
- \* うつ伏せ寝に多い。



#### ● 剖検所見

- \* 死亡後、時間が経過しているにもかかわらず、高体温の児が多い。
- \* 発汗が認められる。
- \* 小腸粘膜に熱射病の際に見られる様な、組織の異常が観察される。

### 発症を減らす為の留意点

以上のような結果から、以下のことを日頃から心がけることで、この病気の発症を減らせることがわかりましたので、積極的に実行していくことをおすすめします。

- あおむけ寝で育てましょう
- たばこをやめましょう
- できるだけ母乳で育てましょう
- 着せ過ぎに気をつけましょう

## 令和5年度 指定保育用品購入一覧表

【記号の見方】

◎…在園児・新入園児

○…新入園児

△…希望者のみ

### 文房具・楽器など

品名	価格 (円)	らいおん [5歳児]	ぞう [4歳児]	きりん [3歳児]	うさぎ [2歳児]	りす こりす [1歳児]	ひよこ [0歳児]
出席ノート	430	◎	◎	◎			
出席シール	300	◎	◎	◎			
名前ゴム印	300	○	○	○	○	○	○
名札	170	◎	◎	◎	◎		
誕生ブック	440	◎	◎	◎			
	300				◎		
おたより帳	220					◎	◎
	400					◎	◎
粘土	550	◎	◎				
	490			◎			
	250				◎		
粘土ケース (ヘラつき)	600	○	○	○	◎		
ヘラ	210	△	△	△	△		
粘土板	510	○	○	○	◎		
ハサミ (※)	460	○	○	○	◎		
道具箱	1,100	○	○	◎			
クレヨン	840	○	○	○	◎		
画用紙	290	◎	◎	◎	◎		
連絡ノート	140			○	◎		
サインペン	850	○	◎				
なわとび	440	○	◎				
のり	130	○	◎				
木工用ボンド	220	○	◎				
鍵盤ハーモニカ唄口	440	◎					

※ハサミは左きき用があります。希望者は申込書提出時に担任に申し出てください。

※この表の表示価格は、消費税10%を加算した価格です。税制改正等で消費税率が変更された場合は、変更税率に合わせて価格が変更となります。

## 制服・体操服・カバンなど

品名	価格(円)	らいおん [5歳児]	ぞう [4歳児]	きりん [3歳児]	うさぎ [2歳児]	りす こりす [1歳児]	ひよこ [0歳児]
園児服	9,100	△	○	◎			
ズボン(冬制服)	5,500	△	○	◎			
スカート(冬制服)	5,900	△	○	◎			
スモック	1,550	○	○	○	◎		
帽子	3,000	○	○	◎			
通園カバン	3,800	○	○	○	◎		
防災赤白帽 (ネックガード付)	2,750	○	○	○	◎		
体操服(夏制服) 上着(105~125)	1,650	○	○	○	◎		
(130)	1,950	○	○	○	◎		
体操服(夏制服) ズボン(105~125)	1,300	○	○	○	◎		
(130)	1,580	○	○	○	◎		
夏帽子	1,600	○	○	◎			

※この表の表示価格は、消費税率10%を加算した価格です。税制改正等で消費税率が変更された場合は、変更税率に合わせて価格が変更となります。

