



すずらん通信



2021年 11月発行 No.75

子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みと家族でお祝いする楽しい行事が盛りだくさん！お休みの間は生活習慣が乱れがちとなりますが、睡眠・食事の時間を意識し、病気や事故のない、楽しい冬休みをお過ごしください。

2021年も残り1ヶ月となりました。今年一年大変お世話になりました。2022年も安心・安全を心がけ、気持ちよくすずらんルームを利用して頂けるよう努めてまいります。ありがとうございました。

すずらんルーム 0967-34-9026

感染性胃腸炎

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合もあります。

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、汚物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。



汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



サンタクロースパンケーキ



自分だけのサンタクロースを作ってみましょう。自由にトッピングするので、楽しみながら作業ができます。

材料

●ホットケーキミックス…一袋

●ブルーベリー…2つ

●生クリーム…100g

卵…1個、牛乳…200cc

●いちご…2個

◆絞り袋

※事前に混ぜ合わせてタネを作っておく

(1個3スライスする)

作り方

- ① ホットケーキを焼く(一人分は直径約7cmくらいのサイズ)
- ② いちごをスライスする。帽子に見立てて三角形になるように並べる。
- ③ ②の一番上、ホットケーキといちごとの境目、ひげのところに生クリームを絞る。
- ④ ブルーベリーを置いたら、できあがり！



冬至は健康祈願の日！ 12月22日が冬至です(^^)／

1年で昼がいちばん短く、いちばん夜が長い冬至。冬至には、「ユズ湯」に入り、カボチャを食べる風習が古くからあります。たっぷりのお湯にユズを浮かべて、いつもと違うお風呂に子どもたちも上機嫌間違いなし！血行促進効果があるユズ湯や栄養価の高いカボチャが体を風邪から守ってくれます。