

☆毎月、ホームページが
新しく更新されます。

すっかりと秋も深まり、少しずつ冬の訪れを感じる頃になりました。戸外に出て落ち葉集めをしたり秋の自然物に触れたり元気いっぱい遊んでいる子どもたちです。これからはますます寒くなり空気も乾燥する時期ですので、しっかりと手洗いうがいをこまめに行い、風邪予防に努めていきたいと思ひます。

今月の予定

- 7日(木) 避難訓練(地震・津波)
- 11日(月) 児童交流大会(きく組)
- 12日(火)～26日(火) 個人懇談会
- 15日(金) 内科検診(0・1才児)
- 19日(火) お誕生日会
- 21日(木) ふれあい動物園

- ☆英語 18日(月) 25日(月)
- ☆体操 6日(水) 13日(水)
- 20日(水) 27日(水)

園医より



寝冷えについて

気温が急に下がってくると「寝冷えして風邪をひいた」と受診される患者さんが増えてきます。

風邪の原因は殆どがウイルスです。しかし、体を冷やすと風邪を引きやすいのはほんとうです。実験によると、体を冷やしたグループとそうでないグループに分け風邪症状を調べてみると体を冷やしたグループに鼻水、鼻づまり、喉の痛み、せきといった症状が多くみられました。

「寒さが引き金で、自律神経のバランスを崩し、免疫力が低下し、風邪のウイルスが増殖する。」

というのが風邪発症の一般的なメカニズムです。

風邪といっても百人百様です。「結果的に治療が必要でなかったものを風邪と考える」という医師もいます。まず、体を冷やさないとというのが風邪予防の基本のようです。

志水医院 志水孝久 鳴尾町2-9-10



お知らせ

- ☆11日の児童交流大会は、西宮市の私立の認定こども園・保育園の年長児が全員西宮市立体育館に集合し、交流します。詳細は後日お知らせします。
- ☆21日のふれあい動物園については、後日別紙にてお知らせします。保護者の方でご都合のつく方は、どうぞ一緒にご参加ください。
- ☆「おもちつき」は12月14日(土)で「作品展」は12月14日(土)・16日(月)です。詳細は後日お知らせします。保護者の方はお心づもりをお願いします。
- ☆カラー帽子は、毎日持ってきてください。また、園で貸し出した物(カラー帽子等)はお洗濯をして保護者から職員に必ず手渡しで、返却下さい。
- ☆寒くなってきましたので、午睡用の掛け布団がタオルケットの方はお布団に変えていただきますようお願いいたします。
- ☆園内で、お子様を撮影されておられる保護者の方がおられますが、他のお子様も映っている場合は、撮影された写真や動画の取り扱いについては十分ご注意ください。
- ☆外遊び用の上着(汚れてもいい薄手のもの・フードのついてないもの)を名前を記入してご用意下さい。園に置いておきますが汚れたらその都度持ち帰り、お洗濯をお願いします。家から着て来られた上着はうめ・もも組はロッカーに入れて、さくら・ふじ・ゆり・きく組は各クラスの前にあるハンガーに掛けて下さい。よろしくお祈りいたします。

きゅうしょく



寒くなってきました。「子どもは風の子」と言って、外で遊ぶことは良いことですが、やはり体調管理には、気をつけてあげたいですね。風邪の原因の多くは、ウイルス感染です。気温や湿度が低くなる時季には、呼吸器粘膜の抵抗力が弱まって、ウイルスが繁殖しやすくなります。風邪をひかないためにも、タンパク質・脂肪・ビタミンC・ビタミンAの四つの栄養素をバランス良く摂取するようにすると良いですね。

き く



ゆ り

運動会や園外保育と大きな行事を経験して、一人一人の成長を感じたり、子ども達同士の関わりが深まったように思います。行事を通して、友達を思いやる気持ちが深まっていると思います。この絆で、来月の作品展に向けて、子ども達の柔軟な発想力を活かして、全員で1つのものを完成させたいと思います。自分の気持ちを主張しつつ、お友達の気持ちも考えるのは難しい事だとは思いますが、時には仲立ちをしつつ、極力子ども達同士で解決していきたいと思います。小学校入学まで、半年程になりました。一つ一つの行事を大切にしていき、少しずつ小学生になる自覚をもって毎日を送っていききたいと思います。

☆お気に入りの絵本は「**ねこのおいしゃさん**」です。

運動会や園外保育という大きな行事を通して、たくましく大きくなってきているゆりぐみです。運動会後は「次はきくぐみになって運動会だ!」という気持ちを強くもっているようで、組体操や鉄棒にすすんで取り組む姿がありました。園外保育後は海の生き物達がとても印象的だったようで、図鑑を見たり製作に喜んで取り組んだりしています。今もその最中です。様々な経験に感動している子ども達の気持ちを大切に、共感していきたいと思います。今月はドングリや葉っぱを集めて遊んだり製作に取り入れたりしたいと思っています。ドングリや葉っぱにいろいろな種類があるということも知らせていけたらと思っています。

☆お気に入りの絵本は「**どんぐりむらの ぼうし屋さん**」です。

ふ じ



運動会・園外保育と大きな行事を終えて顔立ちがまた少しお兄さん・お姉さんらしくなったような気がします。海遊館ではリュック・水筒と重い荷物を持ち、しっかりとした足取りで歩く子ども達に大きな成長を感じました。今月は作品展にむけていろんな製作をしたいと思っています。製作活動が好きなおふじ組さん。海遊館の思い出の作品作り、「何をつくらうかな〜」と話し合いをしています。ジンベイザメがいた!ペンギンが可愛かった!と色々な意見を言ってくれます。

最近ではクラスで赤・白に分かれてリレーをしています。「がんばるぞ!」「エイエイオー!」とかけ声をして頼もしい姿がみられます。これから寒くなってきますが、しっかり体を動かして、元気に過ごしたいと思いません。

☆お気に入りの絵本は「**どんぐりむらの どんぐりえん**」です。

さ くら

運動会後も簡単なルールのある遊びをして運動会ごっこをしたり、園庭の家の遊具の中に入って3匹の子ぶたごっこをしたりと楽しんでいる子どもたちです。外の気温も涼しくなってきましたので、戸外に出て自然物に触れたり身体をたくさん動かしていき、冬に向けての体づくりもしていきたいと思っています。また、どんぐりや自然物を使って製作を楽しんでいき、自然に親しみを持っていければと考えています。

風邪予防のため手洗い・うがいの習慣づけをしていき、食事・睡眠もしっかりと取り、生活リズムを確立していけるようにしたいと思います。

☆お気に入りの絵本は、「**へんしんおぼけ**」です。

も も



う め

最近ではごっこ遊びが盛んになり、砂を食べ物に見立てて保育教諭に持ってきてくれたり、中には子ども同士で言葉のやり取りができるようになってきた子どももいます。保育教諭が間に入り、一緒に遊びに参加しながら遊びが広がっていくように関わっていききたいと思います。今月も天気の良い日は積極的に戸外へ出て遊び、キンモクセイや季節の木の実を一緒に見つけ、秋の自然に触れることができたらいいなと思っています。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期になってくるため、手洗い・消毒を子ども達とより丁寧に組み合わせ、予防に努めていきたいと思っています。

☆お気に入りの絵本は「**おいもさんがね**」です。

朝の睡眠の時間がだんだんなくなり、午前中も元気に活動するようになってきました。園庭では砂場で遊んでいることが多く、保育教諭が型抜きで色々な形を作ってあげると手をたたいて喜び、潰す感触を楽しんでいます。「ママ」「せんせい」「あんぱん」など喃語から少しずつ言葉が出るようになっていたり、笑ったり怒ったりと色々な表情を見せて感情や欲求を伝えてくれるようになっていきます。子どもの気持ちに共感しながら、こちらも丁寧に声をかけ発語に繋げていきたいと思っています。体調を崩しやすい時期でもありますので手洗いを徹底しながら健康管理に気をつけていきます。

☆お気に入りの絵本は「**じゃあじゃあ びりびり**」です。