

令和4年10月31日 高田保育園

今月のねらい

0歳児：天候のいい日は、積極的に戸外へ出て、秋の自然に触れながら、体を動かして遊ぶ。

1歳児：秋の自然の中で、体を動かして、健康に過ごせるようにする。

2歳児：積極的に体を動かし、好きなあそびを通して友だちと一緒に遊ぶことを楽しむ。

保健コーナー



朝の気温が急激に下がり、登園時の服装選びが難しくなっていますね。「風邪をひかないように」との心配から厚着をさせたいと思うものです。しかし、厚着をすると汗をかき体を冷やすことで、かえって風邪をひくことがありますので、薄着で十分なんですよ。今の時期に薄着の習慣に慣れ、風邪や寒さに負けない健康な体作りをしていきましょうね。

★天候によって、外遊びの際に上着を着たいと思います。11月からは、上着を持たせてください。フード付のものは、遊具等に引っ掛かり危ないので、フードなしの上着が好ましいです。

※持ち物に必ず記名をお願いします。

今月のうた・たいそう

- ・まっかな秋
- ・むしのこえ
- ・げんこつ山のたぬきさん
- ・にこちゃんたいそう



今月の予定



- 10日(木) 命を守る訓練
発育測定
- 11日(金) チャレンジクッキング
- 18日(金) おたのしみ会
- 24日(木) 英語あそび

「カミカミ、モグモグ、ゴックン！」っていい事ばかりなんですよ♪

園では、おやつで、小魚やカミカミ昆布を食べています。少ない量ですが、よく噛んで食べていますよ。

お家では、よく噛んで食べていますか？ かたい物を食べていますか？

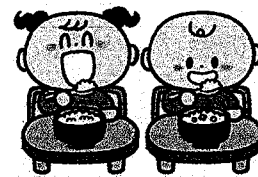
よく噛むことで、こんないい事があるんですよ！

●満腹中枢が刺激され、食べ過ぎを防いでくれます。



●唾液の分泌が促され、虫歯予防になるとともに、消化吸収を助け胃腸が元気になります。

●口の周りの筋肉が鍛えられ、表情が豊かになります。

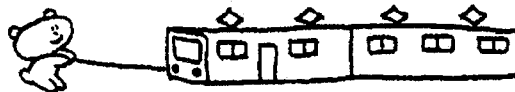


●脳が元気に働き、記憶力や集中力が高まります。

●硬さや形・味などをとらえ、味覚が育っていきます。

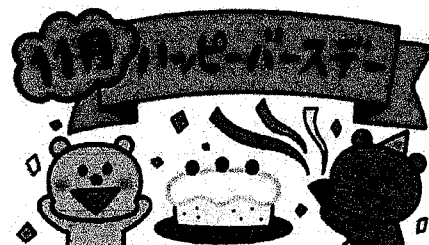
3度の食事だけではとれない栄養を補う大事な役割のおやつなどにも、成長や活動するための大切なエネルギーが取れるようにしていきたいですね!!

★10月のエピソード★



絵本の大好きな子ども達は、絵本に出てくる電車や踏切が大好き!!「電車を見に行きたいね♪」とみんなで話していると、先生が「ねえ、電車を見に行こうか？」と提案してくれて、「行きた〜い♪」と大興奮の子ども達!

2歳さんは保育者や友だちと手をつないで歩き、0~1歳さんは散歩カーやベビーカーに乗って、駅にレッツゴー!交通マナーを守り、駅に向かう道中は、「何色の電車が来るかな?」と聞くと「ピンクがいい♪」「あお〜!」と思い思いを話します。無事に駅に着き、電車を待っていると「あ、カンカンカン?」と踏切の音に気づき、入ってくる電車に目をキラキラさせて「あか!」と大興奮の子ども達。帰る道中も「また、電車を見に行こうね!」とみんなでお約束し、電車を見ることが、大満足のプチ遠足でした。



11月 日

さん(さい)

おたんじょうび おめでとう!