

10月 うさぎぐみだより



岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

涼しい秋風に高く澄んだ空。大きな深呼吸をしたくなるような、気持ちの良い季節になりました。半年が過ぎ、子どもたちの心の成長もみられ、友だちを思いやる気持ちが持てるようになり、玩具など譲り合う姿が見られるようになりました。友だちと一緒に遊ぶ楽しさも分かり始め、誘ったり、誘われたりしながら戸外で元気に走り回っています。いろいろな遊びを楽しみながら心と体を大きく育てていきたいと思います。



☆一人一人の体調に合わせて衣服の調節をし、健康に過ごせるようにする
☆さまざまなあそびを通して、友だちとあそぶ楽しさ、体を動かしてあそぶ楽しさを味わう
☆身近な小動物や植物を見て、興味・関心をもつ

今月の予定

2日(金) 運動会準備	13日(火) すくすく親子教室
3日(土) たのしい運動会	16日(金) 避難訓練
4日(日) 3日雨天時たのしい運動会	17日(土) 園内外消毒
6日(火) すくすく親子教室 誕生児写真撮影	20日(火) すくすく親子教室
8日(木) 子どもフィールドワークⅡ (東海学院短大)	21日(水) 誕生会
10日(土) 園内外消毒	22日(木) 秋の遠足
12日(月) スポーツの日	24日(土) 園内外消毒
	29日(木) 本堂参拝
	31日(土) 園内外消毒

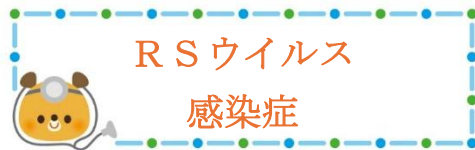


秋の魚のイワシ・サケ・サバ・サンマなどがおいしい時期となりました。これらにはDHAやカルシウム・タンパク質などが含まれていて、栄養が豊富です。ぜひ、子どもたちと一緒に買い物に行ったときには、魚を選んだり、魚釣りに挑戦するなど、魚に関心をもって食べられるようにしていきたいですね。

薄着の習慣を身につけましょう

薄着で皮膚に刺激を与えましょう。薄着で過ごすことで皮膚が外気に触れ、寒さを知ることで適応能力を高め、体に備わっている調節機能も高くなってきます。風邪をひきにくく、丈夫な体作りができます。大人よりも一枚少ない着衣が目安となります。

また、衣服は脱ぎ着しやすく活動しやすいものにしましょう。



RSウイルスは感染力が強く、ほとんどの子どもが2歳までにかかるといわれています。特に秋から春ごろにかけて流行するので要注意です。初期症状は鼻水や鼻詰まりで、やがて高熱、激しい咳がでて呼吸が苦しくなります。年齢が低いと重症化しやすく、呼吸困難を起こす場合があるので、早めに受診しましょう。

靴履けたよ！

戸外が気持ちのいい季節。外に出る機会が多くなりました。準備の時間をゆったりととり、それぞれのペースで靴を履けるようにしています。ベルト面のファスナーを外して足を入れ、「う〜ん！」。力いっぱい靴を引っ張る子どもたち。なんとかスポンと収まると、「できた！」と、自信満々の笑顔を見せてくれます。子どもたちが履きやすい靴の準備をお願いします。



子どもの姿

「トイレ行く」と言ってトイレへ進んでいける子が増えてきました。また友だちの言葉で「私も行く」と一緒に行く子もいます。お兄さんパンツ、お姉さんパンツでいるのが嬉しくて「ぼくはお兄さん！」「私はお姉さんの！」と友だちに話す姿もあります。成功した時は褒め、共に喜ぶことで子どもたちの自信へとつなげています。家庭でも園と並行してトレーニングを進めていくと自立も早いかなと思います。一緒に頑張りましょう。

ブルーライトの影響って？



テレビやタブレット端末などに使われているブルーライトは、目から入ることで脳を活動的にする作用があります。そのため、就寝前に長時間それを浴び続けると、体は寝ているのに脳が起きている状態となり、成長ホルモンが十分に分泌されません。使用するときには就寝前を避け、子どもと一緒に時間を決めて、正しく使いましょう。

良い行動＝良い結果を

朝すぐに着替えてほしいなどのお悩み。行動に「良い結果」「悪い結果」を結び付けてみましょう。自分から少しでも着替えたら褒める、スキンシップを図る、など。「がんばりカレンダーにシール1枚」も効果的です。怒鳴ることで、子どもは聞き流したり、かまってほしくなったりして逆効果になることも！



お話大好き！



おはなし〜おはなし〜♪と、歌いながら絵本を広げると、子どもたちが集まってきます。ページに合わせて一緒に声を出したりポーズをとったり、まるで絵本の中にいるかのようです。

3歳近くになると、絵だけでなくお話の世界を楽しめるようになります。お家でも楽しんでみてくださいね。