１１月　ひよこぐみだより



岐阜市大門町１番地　聖徳保育園

朝夕の空気がひんやりと冷たくなり、秋もずいぶんと深まってきました。日中の活動中、暖かいところではできるだけ薄着で過ごし、本格的な冬が来る前に健康な身体作りをしていきたいと思います。

新陳代謝が活発な子どもたちは、汗をかきやすく体温も高めなので、厚着でいることで、かえって風邪をひかせてしまうことがあります。また、いろいろな所へ歩いて行くようになり、探索活動も盛んになってきた子どもたちは、厚着でいることによって自由に体を動かせず、活動が妨げられることもあります。一人一人の健康状態を把握し、無理のないように、薄着での生活に心がけていきたいと思います。



※気温や活動に合わせて衣服の調整を行い、健康に過ごせるようにする
※秋の自然に触れながら探索活動を十分楽しむ

今月の予定

１日（土）園内外消毒
３日（月）文化の日
４日（火）発育測定
　　すくすく親子教室
６日（木）
７日（金）　中央中職場体験
８日（土）園内外消毒
１０日（月）誕生児写真撮影
１１日（火）すくすく親子教室
１２日（水）記念写真撮影
１４日（金）避難訓練
　　七五三くす玉持ち帰り
１５日（土）園内外消毒
１８日（火）すくすく親子教室
１９日（水）精華中職場体験
２０日（木）親子ふれあいあそび
２２日（土）園内外消毒
２３日（日）勤労感謝の日
２４日（月）振替休日
２６日（水）誕生会
２９日（土）園内外消毒



旬の食べ物には、その時期に体が必要とする栄養がたっぷりと詰まっています。例えば、カキには美白効果や免疫力の向上、疲労回復の効果があります。サツマイモなどの根菜は、冬に向けて体を温める効果があります。これからの寒くなる季節に備え、旬の食材で健康な体づくりを目指しましょう。

薄着で過ごそう！！

急なに気温が下がったり、風邪の症状が見られると、保温のため厚着をさせてしまいがちです。秋は、１日の気温差が大きいので、自律神経が鍛えられて「丈夫な体をつくる」チャンスです。戸外や室内、朝夕と日中などの場面に応じて、また、子どもの健康状態を見ながら、衣服の調節をしましょう。

『 肌着の効果 』　〇体温調節に効果的　〇吸収性がある　〇保湿効果

『 こんな肌着を 』　〇綿１００％のもの　〇袖無しか半袖　〇おなかが隠れるもの

※Ｔシャツは代用にならない。Ｔシャツは通気性は良いが、保湿性に欠け下着には適さない。



※風邪気味の子が目立っています。家庭での様子や、園での様子を、連絡ノートを通じて十分理解できるようにしたいと思います。

※衣服や靴など全ての持ち物に記名をお願いします。

言葉を育てるには　遊びがいちばん！！



☆遊びながら言葉を育む

①元気な体をつくる
②豊かな感覚を育てる
③人との関わりが好きになる
④見る力、聞く力が育つ
⑤知力が向上する

☆遊びのポイント

ねんねの頃・・・・・・抱いて見つめ合ったり、体を優しく揺らしたり、そんな何でもないことが赤ちゃんにとっては遊び。お腹の中で聞いていたお母さんの声を聞くのも大好き。

首がすわったら・・・・首が思うように動かせるようになり、興味をひかれた音や物に顔を向けます。赤ちゃんの表情も豊かになるので、どんなことをすると楽しいか、いろいろ試してみましょう。

おすわりができたら・・おすわりが安定し、手が自由に使えるようになった赤ちゃんは、嬉しくてたまりません。遊び歌を使ったり、赤ちゃんの言葉を真似したりして、たっぷり関わってあげましょう。

ハイハイをしたら・・・自分で行きたい場所に移動できるようになると発見がいっぱい。大好きな人に伝えたくてたまりません。赤ちゃんが興味をもっていることを知らせたら答えてあげましょう。

歩き始めたら・・・・・手足を自由に動かせるようになり、遊びの幅も広がります。見る力、聞く力もついてきました。人との関わる遊びを通して、自然な言葉がけをたくさんしましょう。

１歳６ヶ月～２歳頃・・しっかり歩けるようになり、意味のある言葉がいくつか出てくる頃です。大人がしていることに興味をもち、それを遊びに取り入れる「ごっこ遊び」が大好きです。