



わたぼうしだより



ひよこ保育園子育て支援センター 2019・11月号

四日市市東日野町 1611-16 TEL322-1829

四季があってそれぞれの季節が楽しめる日本ですが、その季節が崩れてきているように思います。年々豪雨や台風などで大きな被害がでて心が痛みます。

日本だけでなく、地球規模で本格的に対策を取らないと、地球が減びてしまうのではないかと思いますね。

園の周りは恵まれた自然がいっぱいです。

お散歩で秋の草花や木の実をお土産に持ち帰ったり、凸凹の山道を歩いたりしながら楽しんでいきます。

《11月・12月のお楽しみ予定》



《11月6日(水) 皆でお弁当を持ってお散歩に行きましょう〜う!》

10時15分ごろに出発します。いつもお散歩に出かけているお友だちも、初めてお出かけするお友だちも、秋を満喫しませんか。クリスマスリースに使う葛のツルや松ぼっくり等の木の実を採ってきます。歩きやすい靴にしてくださいね。帽子も(親子)忘れないでね。お弁当は、こっこ保育園で食べます。(おんぶ紐、ベビーカー用意)

《11月13日(水) おたのしみ会「マジックショー」10時15分から始めます》

《11月20日(水) クッキングで「簡単五平もち」作ります》10時30分始まり》

*申し込みは10月29日(火)~11月16日(土)迄です。

・定員20名 (申し込みは、直接園に来て申し込んでください)

・材料費一家族100円 ・持ち物・・・お茶、お皿、フォーク等を用意して下さい。

《おはなしの日と身体測定日は、11月19日(火)・12月25日(水)です》

11月26日(火)~11月30日(土)まで園の行事で、お休みとさせていただきます。

《12月3日(火)~14日(土) 手作りクリスマスリースを作ろう》

《12月11日(水) 「西日野老人会・民生委員さんたちと交流」》

10時~11時頃まで、4歳児クラス(きりん組)と一緒に交流します。

《パパデーは11月9日(土)・12月7日(土)です》

《12月18日(水) クリスマス会「カップケーキ」を作って食べながらクリスマス会を楽しみましょう! 10時から始めます。・定員20組程度・会費1家族100円

・申し込みは11月19日(火)~12月11日(水)迄(直接園に来て申し込んで下さい)

*12月28日(土)~1月4日(土)まで冬休みです。1月7日(火)から始めます。





＝季節の変わり目で、体調を崩しやすい季節となり、

何枚着せたら良いのか迷ってしまうわ～！との声があります＝

紅葉の季節となり、気温の差が大きい日だといふ“寒くないかしら～”と一枚余分に着せてしまいますよね。でも、子ども達は新陳代謝がさかんで、運動量も多いため、体温は大人より高くなります。大人と同じように着ていると、汗をかいてしまい、そのままにしておくとかえって体が冷えて風邪をひいてします。大人より一枚少なめでも大丈夫ですよ。

風邪は、体内に侵入したウイルスを撃退できずにひいてしまうのです。

季節の変わり目をうまく利用して、薄着の習慣を身につけ、手足を包まず外気温に触れるようにする等を通して、皮膚に刺激を与え、体温調節機能を高め、ウイルスを寄せ付けない丈夫な身体作りをしていきましょう。

衣服の目やすとしては、ランニングの下着（出来れば綿 100%が良い）に薄手の物を重ね着したほうが、服と服の間に体温が温まった空気の層ができ、厚手のものを1枚着るより保温性が高まります。又、ハイハイが出来るようになってきたら、つなぎの服より、上下が分かれている動きやすい服にしてあげる方が、動きやすくて良いでしょう。

風邪やインフルエンザに感染しないためにも、普段から、手洗い、うがい等を習慣にし、バランスの良い食事、生活リズムを整える等に気をつけて、予防に努めましょう。



「楽しかったうんどう会あそび！」～

朝からとても良いお天気でした。(10月16日)園庭に大きなブルーシートを敷き詰め青空の下、朝の歌さくらんぼリズム、かけっこ、フープや段ボール乗り物を使ってのお出かけ遊び、玉入れなどを楽しみ最後に、お母さんたちの協力でバルーンをしました。年長さん(らいおん組)が作ってくれた、参加賞のペンダントを自分で好きな色を選び首にかけて嬉しそうでした。お天気がいいのでピクニック気分でお弁当を食べました。

楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

