

# 10月 くろさかっこ



平成29年10月  
黒坂保育園

少し前まで半袖を着ていたとは思えないほど、秋の色が濃くなってきました。一年で一番過ごしやすい季節ということで外遊びが活発になってきたためでしょうか、子どもたちの食欲も旺盛になってきました。思う存分のびやかに遊んで欲しいと思います。10月7日は運動会も開かれます。子どもたちの成長ぶりや輝く笑顔をご覧になり、応援や励ましの言葉をお願いします。

## お知らせとお願い



10月7日は運動会です。子どもたちも運動会を楽しみに頑張ってきました。手紙にて運動会のご案内をいたしましたのでよろしくお願いします。たくさんのご参加を心よりお待ちしております。



13日歯科検診があります。ご家庭でも歯磨きをお願いします。



朝夕気温の温度差が変わりやすくなってきました。年長児さんは楽しい行事もたくさんです。調節のしやすい衣服の準備や子どもたちの体調の変化に気をつけていきましょう。



新しい先生の紹介です  
井上菜由(まゆ)先生です  
宜しくお願いします。

日	曜日	行事
2	月	安全点検・清掃の日
3	火	運動会予行練習
4	水	運動会予行練習・誕生会・身体測定
5	木	
6	金	
7	土	運動会
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	英語あそび
12	木	スポーツ教室(年長、年中)
13	金	歯科検診(12時~)
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	避難訓練(火災)
18	水	
19	木	お出かけ保育(年長児)交通指導
20	金	清武小学校健診
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	音楽あそび(年長児)
26	木	スポーツ教室(年長・年少)学園木花台小学校健診
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	不審者侵入時訓練
31	火	レクレーション(年長児)



元気な1日は  
**朝ごはん**から

朝ごはんには、夜寝ている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!  
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

②たんぱく質で体温を上げる  
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べるとたんぱく質をとりましょう。

③野菜を食べてビタミン補給  
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと湯ゆでするだけでも、野菜の旨みが出ておいしいですよ!

🌙 **早寝** のためにできること 🌟

①まずは早起きから  
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。

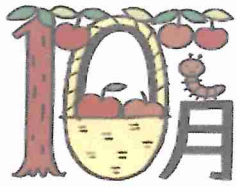
②朝の光でスタート!  
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。

③日中にしっかりおせむ  
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。

④午睡は15時半までに  
家で午睡をするときも、遅くても15時半までに終わらせて、夜の眠りに影響します。

⑤おひらはゆるめに  
暑いおひらは、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。おひらはゆるめにするののポイントです。

⑥入睡前の習慣づけを  
毎晩、寝る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。



# エコだより



もうすぐ運動会です。黒坂保育園の運動会の応援グッズは、ペットボトルの再利用です。ペットボトルの中にどんぐりを適量入れて、応援に華を添えています。

保護者の皆様も子どもたちの応援よろしくお祈りします。



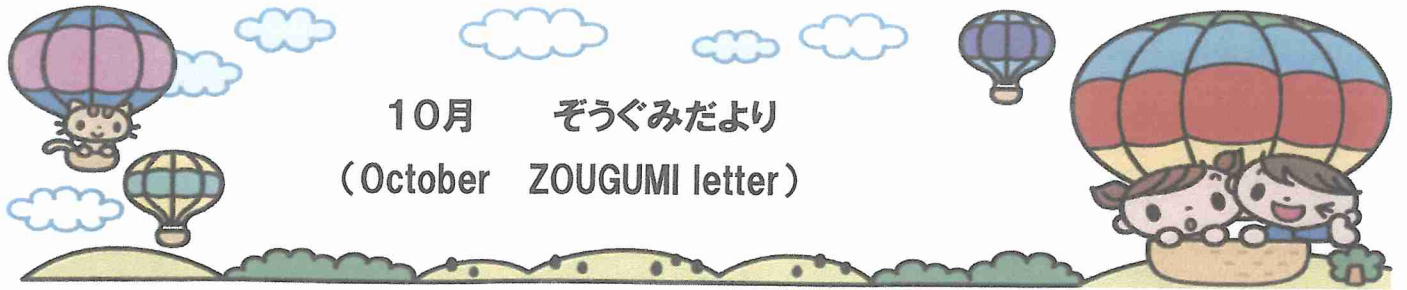
きりんぐみに、新しい椅子が登場しました。その名は、コッシー椅子とサボさん椅子です。それぞれの椅子には約100個の牛乳パックが使用されています。強度を上げるために牛乳パックの中に折りたたんだ牛乳パックを8個詰めて組み立てているので、子どもたちが座ってもしっかりと支えることが出来ます。

ままごとや絵本の時に活躍し、子どもたちが交代で使っています。



「もったいないぼあさん」の絵本の読み聞かせをしました。ご飯の食べ残しや、ティッシュの使いすぎ、電気のつけっぱなしなどの、身近な「もったいない」について考えるきっかけになりました。給食ではご飯つぶをかき集め、空になった茶碗をうれしそうに見せてくれます。苦手なものも励まされながらがんばって完食し、残菜を減らすようにしています。





○保育目標(Nuture target)○

- 秋の自然に触れ、様々な事を表現して遊ぶ。(We touch nature in autumn and play.)
- 共通の目標を持ち、意欲的に取り組む。(We wrestle with a target.)

**子どもの姿 (The from of the child)**

毎日の運動会の練習に一生懸命参加しています。主役ということもあり、メリハリをつけての行動になかなか難しい部分もありますが自分たちなりに集団行動を頑張っているようです。行事を通して、また一つ成長してくれることと思います。(One practice of a daily athletic meet,oh,it`s imposed.I think one grows again by an event.)



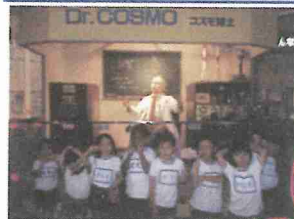
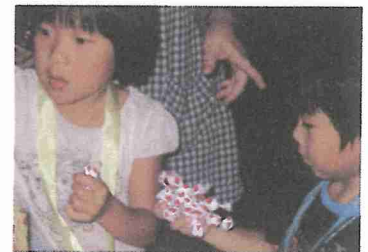
運動会の練習を頑張っています。(An athletic meet is being Practiced.)



寿幸園の運動会に参加しました。(We participated in an athletic meet in a home for the aged.)



年長さんだけの夕涼み会楽しかった〜♪ (Evening cool-off gathered.)



お出かけ保育で科学技術館に行きました。(We went to Science and Technology Museum.)



- 10月7日は運動会です。足に合った靴で参加をお願いします。(Please attend the home with shoes which match a foot.)
- 面談の日にちを、お考えの方はお知らせ下さい。(When understanding a day of an interview,please tell me.)
- 19日お出かけ保育、31日交流会があります。また、詳しくはお伝えしていきます。(19 day going out nurture.31 day meet-the-people session.I`ll tell you.)
- 20日は清武小学校の検診日です。(20 days are a medical examination day of Kiyotake elementary school.)

# きいんぐみだより

## 10月のわらい

○運動会に期待を持ち、自分なりに目標に向かって練習に取り組む。  
○秋の自然に触れ、体を動かして遊ぶ。

### 子どもの様子

・運動会に向けての活動が本格的に始まりました。リレーやかけっこは好きで自主的に練習をしたり、お遊戯はすぐに踊りを覚えて毎日「ダンスしたい!」と喜んでしています。そんな運動会の取り組みの中で出来るようになった喜び、勝ち負けの嬉しさや悔しさを味わい一回り成長したように感じます。



お当番はりきっています

## 10月の予定

3日、4日 運動会予行練習

7日 運動会

11日 英語あそび

12日 スポーツ教室

13日 歯科検診



## 10月生まれのお友だち

21日 おちあい くすみ さん

21日 のざき はると さん

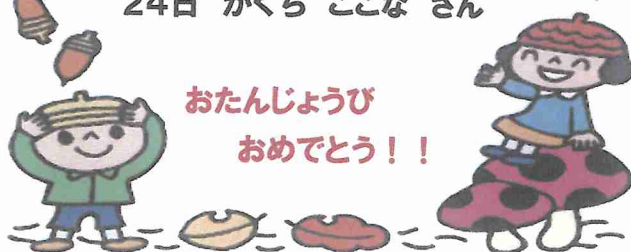
22日 はらかわ そうた さん

24日 かぐち ここな さん

○布団は敷布団、タオルケット二枚お願いします。

○シューズのサイズの確認をお願いします。

おたんじょうび  
おめでとう!!



# クラスだより

くま組

## 保育目標

○友だちや保育士と一緒に様々な運動や遊びを通してふれあいを楽しむ。

○生活の中でお手伝いや当番などをすすんでしようとする。



## 子どもの姿

運動会が近づき、くま組のお友だちもはりきって、練習に参加しています。かけっこもゴールまで一生懸命手を振り走り、「せんせい、〇〇くんはやかったよ～」と得意げに伝えにきてくれます。お遊戯も泳ぐポーズや両手で望遠鏡を作るポーズなどとても上手でかわいいです。お父さん、お母さんみんなみてるよ～と伝えると一層頑張ってる姿も覚えようとする姿に成長を感じているところです。当日がとても楽しみです！

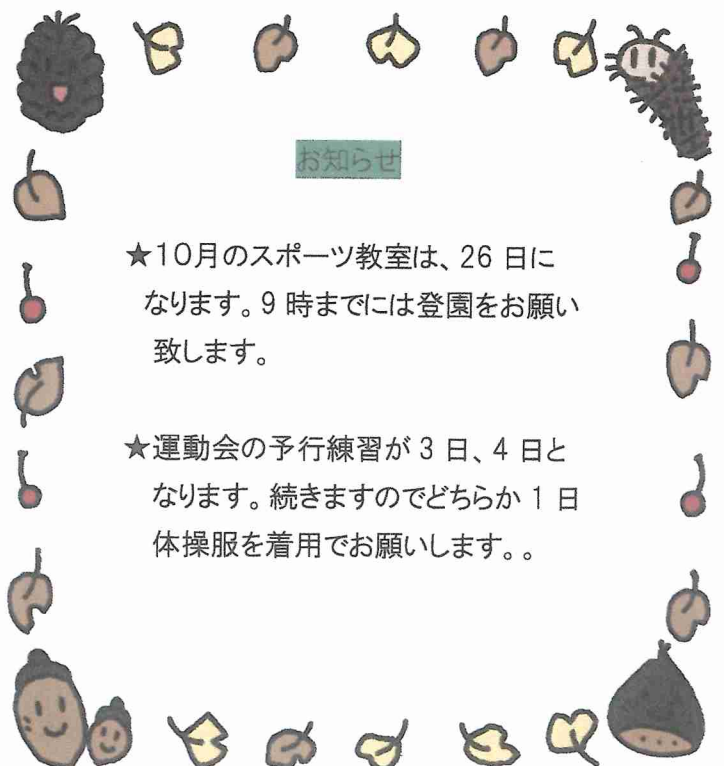


10がつのお誕生者

○おおい ゆうとさん 4さい

○おくの そうたさん 4さい

おめでとう！



## お知らせ

★10月のスポーツ教室は、26日になります。9時までには登園をお願いします。

★運動会の予行練習が3日、4日となります。続きますのでどちらか1日体操服を着用をお願いします。

うさぎぐみだより

さわやかな風が吹き、過ごしやすい秋の季節になってきました。子どもたちは運動会に向けて、元気に走ったりダンスをしたりしてがんばっています♪ 当日がとても楽しみです♪

季節の変わり目で、体調を崩しやすいので、“はやね、はやおき、あさごはん！”を心がけて健康に過ごせるようにしましょう。



- 保育士や友達と一緒に戸外や自然の中で、全身を使った遊びを楽しむ。
- 行事を通して家族や地域の人との触れ合いを楽しむ。
- 一人ひとりの健康状態に留意し、安全な環境を整え元気に過ごせるようにする。



お絵描きをしました！  
好きな色のクレヨンで  
楽しく描いています♪  
みんな真剣です。



10月生まれのおともだち

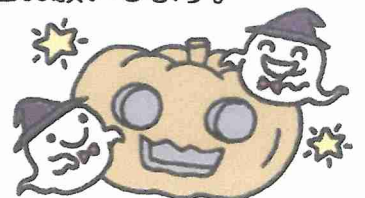
たまえ みなみ さん 3歳  
シャルカ バナスリー さん 2歳

おたんじょうび、おめでとう！



お知らせ

- 寒くなってきたので、ゴザから布団に替えていきたいと思います。準備ができ次第持ってきてください。
- 寒くなったり暑くなったりするので調節しやすい衣服をお願いします。





# ひよこぐみだより 10月号

暑かった夏が終わり、ようやく涼しくなりました。

涼しくなったと思ったらもう10月、季節は確実に冬に向かっていきますね。

10月は運動会が行なわれます。ひよこ組はハイハイやヨチヨチ歩きの子も達が可愛らしさで勝負しますよ！楽しみにしてください。

## 【保育目標】

○活動しやすい環境を整え、はう・歩く・よじ登る・くぐるなどの全身を使った遊びを十分に楽しむ。

○気候や体調に留意して、薄着を心がけながら丈夫な体を作る。



## 【最近のひよこ組】

涼しくなった園庭で戸外遊びを楽しんでいます。たくましく砂の上をハイハイする子や、遊具にヨイショヨイショとよじ登っていく子など、それぞれが元気に砂あそびや遊具あそびを満喫しています。



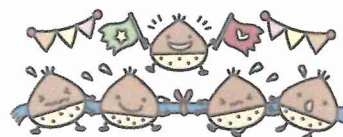
## お知らせ

○13日(金)は歯科検診があります。

○7日(土)は運動会です。

- ・体操服の代わりとなるTシャツの前後にゼッケンを縫いつけてください。
- ・ズボンは何でも構いません。長すぎず活動しやすいものを選びましょう。

○日中はまだ汗ばむ事もありますので、半袖も入れておいて下さると助かります。





# げんきだより



清武社会福祉会

10月号

スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。子どもの体力もぐんと伸びる時期。楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんでいきましょう。

## インフルエンザ 予防接種 Q&A

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。

### Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい？

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

### Q 受けるとインフルエンザにかからないの？

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

### Q 予防接種の効果が続く期間は？

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。

### Q 接種の方法は？

A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2～4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

### Q いつごろ受けたほうがよいの？

A 最も患者数が増えるのは1月～2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2～4週間後に接種しましょう。

## 特に 2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38～39℃  
の高熱

ゼゼイとい  
う呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる

## 県内感染症情報

県内ではRSウイルス感染症、感染性胃腸炎、ヘルパンギーナ、手足口病が多くみられています。十分な栄養と休養をとって体力をつけたいですね。

予防接種は病気から子どもを守る大切な予防手段の一つです。病気への感染や重症化・感染拡大を防ぐためにも予防接種をお勧めします。体調をみて予防接種を進め体の調子を整えて秋を楽しく過ごせるといいですね。