



ななほしだより

平成 28 年 10 月
ななほしキッズ

朝夕はめっきり涼しくなり、澄んだ青空が秋を感じさせます。でも昼間は残暑もある中、ななほしの子どもたちは、散歩を十分に満喫しています。今月はいろいろな行事がありますので、安全面や体調に気をつけながら過ごしていきたいと思います。

10月の行事

3日	月	安全点検
4日	火	エコ活動
5日	水	リズムあそび (ふれあいあそび)
6日	木	身体計測
7日	金	エコ活動
12日	水	リズムあそび (ふれあいあそび)
13日	木	避難訓練 緊急対応訓練
14日	金	誕生会
19日	水	リズムあそび (ふれあいあそび)
20日	木	内科健診
24日	月	国際交流 (地域との交流)
26日	水	リズムあそび (ふれあいあそび)
27日	木	交通指導 歯科健診
29日	土	リズム発表会

だんご作り 9/15

お月見会では歌をうたったり、お月さまの絵本をみました。その後は団子作り！かわいいエプロン姿で小さく切り分けただんごを手の平で丸めました。特に、にじ組の大きい子どもたちは上手でした。丸い団子だけでなく、いろいろな形があって楽しい団子作りでした。その後、お湯の中に丸めた団子を入れるのも見て、できあがって食べる時は自分で作ったという満足感でいっぱいでした。きな粉をかけておいしくいただきました。



○24日は国際交流です。
近所で英語の先生をされている窪田先生と外国の方に来てもらい、ハロウィンパーティーを楽しみます。地域の方々も招待して交流します。

お知らせ

20日は内科健診(川口小児科)、
27日は歯科健診(末原デンタルクリニック)です。
よろしくお願いします。

お知らせ

※29日のリズム発表会は親子で楽しめます。4月の遠足の時の発表から子どもたちがどれだけしなやかな体になってきているかを見てもらったり、親子と一緒にあそんでいただきます。また水あそびや砂あそび、そして毎日の散歩で丈夫になった手、足、腰を使ったあそびもご覧いただけます。どうぞ楽しみに参加してください。詳細は後日お知らせします。
※にじ組の永友順子保育士が南加納保育園へ異動になりました。後任は原久美子保育士です。どうぞよろしくお願いします。



お願い

○15日(土)は給食を作ってもらっている南今泉保育園が遠足なので給食がありません。すみませんが弁当と水筒をお願いします。
○昼の園内研修や職員会議等で連絡帳をおやすみすることがあります。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。

エコ活動



ソーメン流しをした竹を利用して花壇を作り、いろいろな春の花の種をまきました。早く芽が出てくるといいなあ！



にじ組の子どもたちが牛乳パックに人参の種をまきました。もう少し大きくなったら持って帰ります。葉っぱも食べてみてください！



ブロッコリーとレタスの苗を植えました。おおきくなーれ！



メダカを持って帰って育ててくださっているご家庭の皆さん！元気に育っていますでしょうか！？園のめだかとグッピーは元気ですよ！



さつまいもは順調です。今月はいよいよ収穫です！楽しみ！！





保育目標

- 体調を崩しやすい時期なので、ゆったりと過ごしながら健康に過ごせるようにする。
- 散歩や戸外遊びを通して、秋の自然に触れる。
- 保育士や友だちと一緒にのびのびと体を動かしてあそぶ。(リズム、ふれあいあそび)

指さしは言葉の第一歩

散歩へ行くと、ヒガンバナのまわりにたくさんのちょうちょうが飛んでいます。それを見て指をさし「あっあっ」と声を出しています。まだ言葉は話せなくても指さして語ってくれます。「ちょうちょうがとんでいるよ」「おはながさいてるね」などと言っているのかもしれませんが、指さしは行きたい方や欲しいものを訴える要求の指さしや、飛行機や犬など心ひかれるものを教えてくれる発見の指さしなど、人差し指を使ったコミュニケーションです。大人が一方向的に「ほら、見て」「ワンワンはどれ?」と言うのではなく、子ども自らが伝えたいくなるような世界を用意することが大切です。そのためにも散歩や戸外活動を取り入れ、自分から教えたいくなるものがいっぱいある世界を大切にしようと思います。



げんき! のびのび! 体を動かしてあそぶと楽しいね!

すべり台や牛乳パックの積み木、マットを使って全身を使って遊んでいます。足指をしっかりと使い、手のひらを開いてすべり台を登ろうとしています。バランスをとりながら、マットの上を歩行したりハイハイしたりしています。これからの季節は戸外遊びも気持ちがいい時期です。公園や土手でのびのびと遊ばせていきたいと思えます。



- ・体調を崩しやすくなる時期です。気になることは朝、当番の保育士に連絡してください。
- ・爪が伸びていないか、確認をお願いします。
- ・持ち物にはすべて記名をお願いします。
- ・薄着を心がけ、冬を元気に乗り切る身体づくりをしましょう。



えほんの紹介

『だるまさんが』

かがくい ひろし/作

少しずつ、絵本に興味を持ち

始めている子ども達。読み聞かせをはじめると、じーっと見ている姿があります。繰り返しのリズムと親しみやすい絵が人気の絵本です。他にシリーズで『だるまさんの』『だるまさんと』があります。

だるまさん





にじぐみだより



H・28年10月

保育目標

- 季節の変わりめを、健康で快適に過ごせるようにする。
- 秋の自然にふれながら、散歩や戸外あそびを楽しむ。
- 保育士や友だちと一緒に、全身を使ったあそびを楽しむ。



リズム発表会があります。たのしみに！！

日頃遊んでいるさくらんぼリズムや運動あそび、わらべ歌遊び、親子での触れあい遊びなどを発表したいと思います。子どもたちは、散歩で上り坂や土手、田んぼのあぜ道などを歩き、足腰も強くなりました。高いところに登ったり、飛び降りたりするのが大好きな子どもたちは、いろいろなことに挑戦しようとしています。リズム発表ではその挑戦する姿をご覧ください。子どもたちと一緒に楽しみましょう。



ダンボールに絵の具で色塗りをしたり、紙粘土でどんぐりを作りました。とっても上手にできました。

あきをみつけたよ！！

秋晴れのさわやかな日に散歩に出かけました。子どもたちは道端に落ちている小枝を拾い、剣に見立てたり、どんぐりを拾ったり秋の草花を摘んで、園に持ち帰り飾ったりしています。散歩先でトンボやバッタなど、秋の虫を見つけてそっと近づいて「あっ、いた！」と言ったり「せんせい なにかきこえるよ」と言い静かに耳を澄まして聴くところおぎでした。にじ組のお友だちは歌が大好きでいつも季節の歌を歌いながら歩いています。毎日のように散歩に行き、自然に触れて開放感を味わっています。



お絵描き大好き！！

好きな色のマジックを選んで、広い紙に立って、肩、肘、手など体全体を使って、自分を出して伸び伸びと楽しんで描いています。「まだかく」と言って3～8枚ぐらい子どもたちの描きたい気持ちに応じて何枚も描いています。グルグル丸からとまった線、閉じた丸が描けるようになりました。



「ぶどう いっぱい」



「プールだよ」



「アンパンマン」



「しゃぼんだま ぷー」

お知らせとお願い

- 朝夕と日中の気温差がありますので、調節しやすい衣服の準備をお願いします。
- 体調の悪い時は、必ずお知らせ下さい。
- 戸外で体を動かすことが多くなりますので靴が足に合っているか確認をお願いします。
- 寝具は、敷布団とバスタオル2枚お持ち下さい。





げんきだより



平成 28 年 10 月発行
清武社会福祉会

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。

10月10日は目の愛護デーです

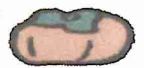
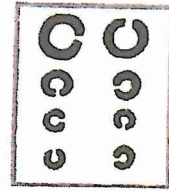
10月10日は目の日です。目によいとされている食べ物を紹介します。

☆目に良い栄養 ABC☆

ビタミンA→目の粘膜を強くする
(にんじん・ほうれんそう・かぼちゃなどの緑黄色野菜)

ビタミンB群→目の神経の働きを助ける
(B₁ 豚肉・サバ・玄米・レンコン B₂ レバー・納豆・卵・のり)

ビタミンC→目の健康を保つ
(柿・小松菜・ブロッコリー・じゃがいも・さつまいも・大根)



麻疹ってどんな病気？

- 全国で麻疹の患者が増えています。
- 麻疹の感染力はウイルスの中で最も強く、麻疹を発症している人と**同じ部屋にいただけで感染**することがあります。
- 10~12 日間の潜伏期間を経て高熱、咳、鼻水が数日間持続し口の中に小さな白い発疹ができます。熱は一度下がりますが再び上昇しその後、体じゅうに赤い発疹ができます。
- 麻疹で怖いのは、肺炎や脳炎などの合併症を起こすことと、治療法がないということです。
- 予防には、予防接種が有効です。受けていればほとんど感染防げるといわれています。
- 効果を確実にするためには2回の接種が必要です。



来春1年生になるお子さんへ

- 小学校に入学する前に、MR（麻疹風疹混合）ワクチンの2回目を接種することになっています。
- まだ接種の済んでないお子さんは、かかりつけの医院などで接種しましょう。
- 体調が悪いと接種できない場合があります。



感染症情報

手足口病、RSウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎の報告が多くみられます。マイコプラズマ肺炎は、最初かぜと似た症状が現れ、咳が1ヶ月くらいしつこく続くのが特徴です。マイコプラズマには治療薬があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は、受診するようにしましょう。潜伏期間が2~3週間と長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので消毒薬を使用することで予防ができます。咳で感染が広がるため、手洗いうがいなどもこまめに行いましょう。

10月食育だより

栄養素たっぷりのキノコ

秋の食材に欠かせないキノコ。食物繊維・ビタミンD・ミネラルなどを豊富に含んでおり、香りが良く、どんな料理にも合う優れたものです。キノコを食べることで、便秘も良くなります。また、キノコはカリウムが多いため、塩分の過剰摂取を抑制するともいわれます。

- シイタケ・マイタケ⇒免疫力をサポート
- エリンギ⇒食物繊維・ナイアシンが特に豊富。歯ざわり抜群!
- エノキタケ⇒精神安定に効果的な天然アミノ酸のギャバが豊富

目に良い食べ物は?

10月10日は目の愛護デー。目の健康のために良い食べ物を食事にとり入れて、目を大切に! 目に良いビタミンのほか、魚に含まれるDHAやブルーベリーのアントシアニンも目の健康に効果的です。

- ビタミンA 目の乾燥を防ぎ、働きを良くする(緑黄色野菜・レバー・バター)
- ビタミンB1 目の神経の動きを正常にする(レバー・豚肉・ウナギ・麦)
- ビタミンC 目の充血を防ぐ(緑黄色野菜・果物・サツマイモ)

9月のメニューです。

チキン南蛮は大好評!! 誕生会のおすしや ハヤシライス、手作りおやつのおはぎ、ピザトースト、かりかりいりこなど、よく食べていました。

