

いづみっこだより

平成27年11月



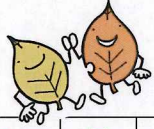
くま組さん



11月 えんだより



発表会に向け、各クラスからは様々なメロディーが流れ、楽しそうに、また張り切って練習に参加している子ども達です。当日はちょっぴり緊張するかもしれませんが、たくさんの拍手と暖かい眼差しで観てあげてほしいと思います。どうぞ、お楽しみに！



行事予定



1	日	
2	月	安全点検 SAP芋ほり (年長児)
3	火	文化の日
4	水	避難訓練 (火災)
5	木	スポーツ教室 (年中・年長)
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	発表会予行練習
11	水	身体測定 (未満児)
12	木	英語あそび 身体測定 (以上児)
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	誕生会
17	火	
18	水	発表会予行練習
19	木	スポーツ教室 (年少・年長)
20	金	職場訪問 交通指導
21	土	安全確認の日
22	日	
23	月	勤労感謝の日
24	火	
25	水	発表会予行練習
26	木	
27	金	音楽あそび (年長児)
28	土	生活発表会
29	日	
30	月	



11月生まれのお友だち

- かまだ ないとさん (3)
- しんもり あきとさん (3)
- かわの りずむさん (4)
- はなむら じゅんのすけさん (4)
- やまだ しんさん (5)



おたんじょうび

おめでとう~★



《おしらせ》

- ・28日は **生活発表会** です。詳しくは後日お手紙、掲示板等でお知らせ致します。
- ・4日~17日の2週間、宮崎学園短期大学生 (1名) が実習でみえます。

《おねがい》

朝夕が寒くなり、衣服の枚数が増え子ども達の中には、着脱に苦労しているお友達がいるようです。

なるべく伸縮性のある着脱しやすい衣服 (上下) を用意して頂けると助かります。(肌着もお願いします。)



いずみっこのうえん・eco

平成27年11月

10月21日森林環境学習がありました。森の中からたくさんの葉っぱや木の実、木の枝等を持ってきて下さり、ぞう組さんの子ども達は肌触りや香りを感じてゲームをしたり、クラフト製作をしたりしました。



かわいい木の実がいっぱいあるね!



✿ グルーガンや、木工用ボンドなどを使い工夫して一生懸命作っていました。素敵な作品がたくさん出来ました。作った作品は11月5日～清武文化会館で展示します。詳細については後日お知らせ致します。

～ぞう組さん くま組さん～土作りをしました。フロッコリー・キャベツの苗を植えました。



稲刈りを体験しました♪





ぞうぐみだより



保育目標

- ・気温の変化や活動量に応じて衣服の調節をし、薄着で健康に過ごせるようにする。
- ・発表会に向けて、一人ひとりが自信を持って自分らしさを発揮できるようにする。



♪親子遠足♪



今回、ミニ運動会で印象的だったのは、親子団技の「台風の目」でした。子ども達がお父さんやお母さんと一緒に一つの棒を嬉しそう持っているのに対して、お父さん、お母さんの方は負けじと真剣な表情で競い合う姿が見られ面白かったです。

小学校に行くと、親子競技をする機会がないので、年長さんにとっては最高の思い出が出来たと思います。ありがとうございました♪

こどもの目線に…



最近、近くの岡公園まで散歩に行きました！
季節も秋になったこともあり、子ども達は無我夢中でドングリ拾いをしました。
途中、道に何人かしゃがみこんでじっとしているなあと見ていると一人の子が「みて～」と大興奮！

見ると茶色いバッタが一匹。

大人の目線では、道と同系色で小さくじっとしているバッタ。でも、子ども達は気付き観察している姿にビックリしてしまいました。

と、同時に子供の目線=高さで物を見ることの大切さを実感した一日でもありました。ご家庭でも、子どもの目線に合わせていろんな物を見てみると、何か子ども達にしか見えていないものが発見できるかもしれませんね♪



おねがい

★発表会に向けて練習を始めています。

しかし、子ども達が無理なく楽しんで練習できるよう配慮していきたいと思っています。子ども達は、晴れれば外遊びをしたいようです。

ですので、登園時間を9:00までにご協力よろしくお願いします。



くまぐみだより

保育目標

- 一人ひとりの表現や行動を認めたり、励ましたりしながら、自信を持って活動に参加できるようにする。
- 曲に合わせてみんなと一緒に歌ったり・踊ったり・楽器を鳴らしたりすることを楽しむ。



先月は天気にも恵まれ、戸外でたくさん遊ぶことが出来ました。散歩では、近くのコスモスを見にいたり、岡公園にドングリ拾いに行きました。堤防に行くとたくさんのススキや、ねこじらしもあり、秋の自然に触れながらいろんな遊びを楽しむことが出来ました☆



どんぐり
みつけたよ☆

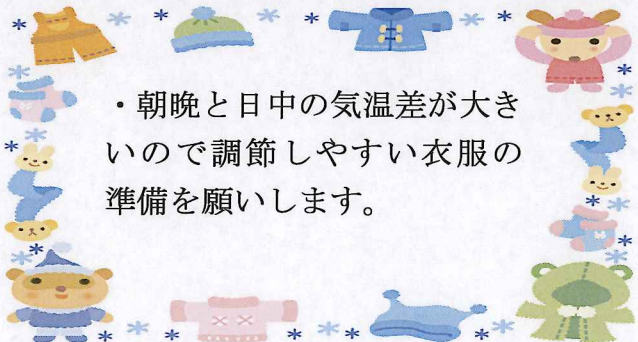


あおむしも
いたよ♪



～ECO製作～

空き箱や、トイレットペーパーの芯などの廃材を再利用し、製作をしました。色々なものをイメージしながらワクワクする子ども達。しかし、作るとなると難しく、思うように形にすることができないお友だちもいましたが、一人で最後まで完成させた喜びは最高だったのではないのでしょうか。次はテーマを決めて取り組みたいと思います。



・朝晩と日中の気温差が大きいので調節しやすい衣服の準備をお願いします。

12日～英語あそび

19日～スポーツ教室

* 体操服を着用して登園して

ください。





うさぎぐみだより



朝晩随分寒くなってきましたが、日中は散歩や戸外あそびを通して花や虫探し、鬼ごっこをして元気に走り回っている子どもたちです。最近では、工事現場の乗り物に興味があるようで「あつトラック！ショベルカー！」などと言って手を振って大喜びしています。

今月も散歩や戸外遊びをたくさん取り入れながら、健康な体づくりを目指していきたいと思います。発表会の練習も一生懸命がんばっていますので楽しみにしててくださいね。

★保育目標★

- ・ 音楽に合わせて、遊戯や歌遊びをみんなで楽しむ。
- ・ 簡単な身の回りのことを自分でしようとする。

木の実 見つけたよ！

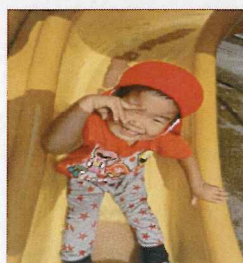
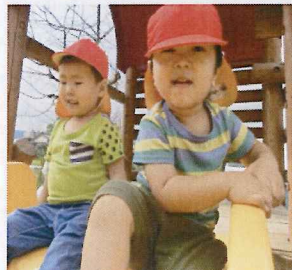


先日、原ノ久保公園にお散歩に行きました。みんなで追いかけてっこをしたり、公園にある動物の遊具に乗ったりし、大きなえんぴつのベンチを見て「これで かきかきしよ～」と言って持ち上げようとしていました。とっても可愛い姿でした。また、木の実を見つけて数えたり、保育士や友だちに見せたりしていました。

園庭遊び



鉄棒に ぶらーん♪
よいしょ。よいしょ。



・ 日中、暑くなる日もあるので、長袖
1～2枚の他に半袖も1～2枚準備
してもらえると助かります。
(衣服の調節は体調に合わせて園
の方でします。)

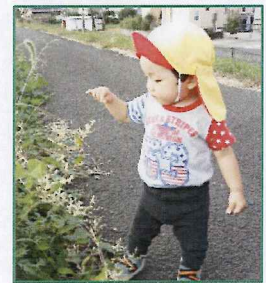
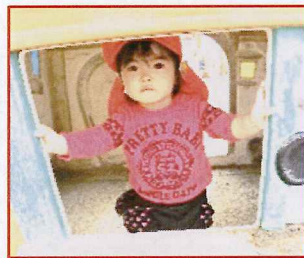
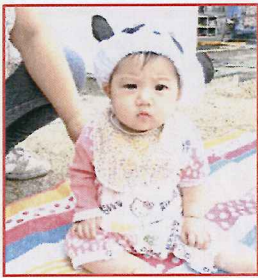
ひよこぐみだより

★保育目標★

☆一人ひとりの欲求や思いを受け止め、友だちとの関わりを援助し、情緒の安定を図る。
 ☆発表会に向けて、遊戯や歌遊びをみんなで楽しめるようにする。



園庭に出ると、アスレチックや滑り台に挑戦するお友だちが増え、手・足を使い階段を一段一段上手に登れるようになっていきます。散歩にも出掛け、秋の植物を見つけ、手に持ったりしながら、感触を楽しんでいます。



てをあらう
 のじょうず
 でしょ！



一人で座って上手に遊べる
 ようになりました。

ハイハイはもちろんのこと、
 最近ではつかまり立ちも見ら
 れるようになってきました。

腹ばいで方向を変
 え、色んな玩具に触
 って感触を楽しんで
 います。



1歳児の子どもたち

まだまだ一人で遊ぶことも多いですが、友だちとの関わりも増えてきました。友だちと手をつなぐことが上手になったり、保育士が仲立ちし、「どうぞ」と言うと玩具を貸してあげたりと、言葉の理解も出来るようになってきました。

衣服の着脱も頑張っています。保育士がさり気なく手伝ったりしながら、褒めたり励ましたりして、やる気につなげられるようにしています。

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。一日のうちの寒暖差が激しいと、かぜをひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、かぜに負けないじょうぶな体作りを心がけましょう。

栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

かぜの初期に ネギみそ湯

みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

吐き気止めには ショウガ汁

おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

体の調子を整える 野菜類

野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい！積極的にとりましょう。

ビタミンC

不足するとかぜをひきやすい
キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど



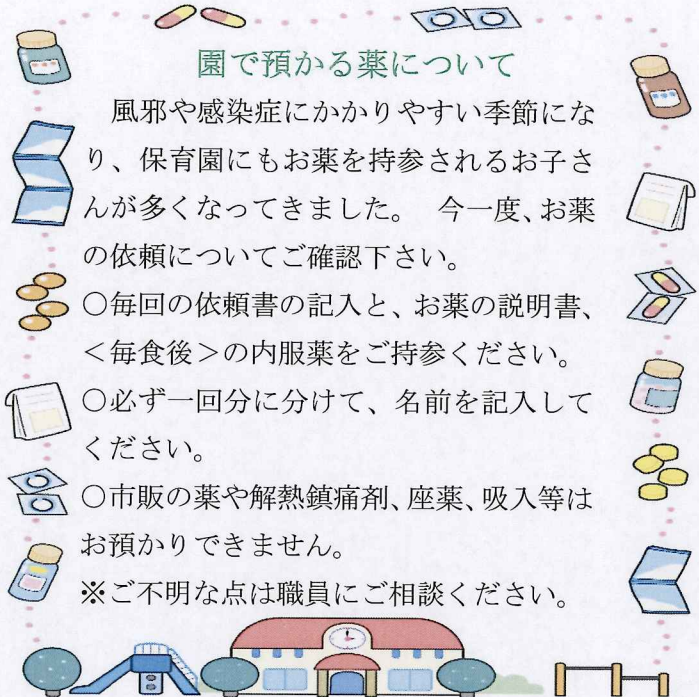
ビタミンA、カロテン

粘膜を強くする
ホウレンソウ、ニンジン、ニラなど



園で預かる薬について

風邪や感染症にかかりやすい季節になり、保育園にもお薬を持参されるお子さんが多くなってきました。今一度、お薬の依頼についてご確認ください。



○毎回の依頼書の記入と、お薬の説明書、
<毎食後>の内服薬をご持参ください。

○必ず一回分に分けて、名前を記入してください。

○市販の薬や解熱鎮痛剤、座薬、吸入等はお預かりできません。

※ご不明な点は職員にご相談ください。

県内の感染症情報

県内では、感染性胃腸炎、流行性角結膜炎、RS感染症が多くみられているようです。また、かぜなど体調を崩しやすい時期ですので、手洗い・うがいを日ごろから習慣づけて予防をしたいですね。

健康な体作りが、かぜの予防に



気温が下がり、空気が乾燥してくると、気をつけたいかぜ。うがいと手洗いが、かぜの予防の基本です。習慣づけるようにしましょう。また、規則正しい生活で、ウイルスを寄せつけない強い体を作ることも、大きなかぜ予防になります。ご家族みなさんと、気をつけていきましょう。

せっけんで 手を洗う



がらがらうがい



3食 しっかり食べる



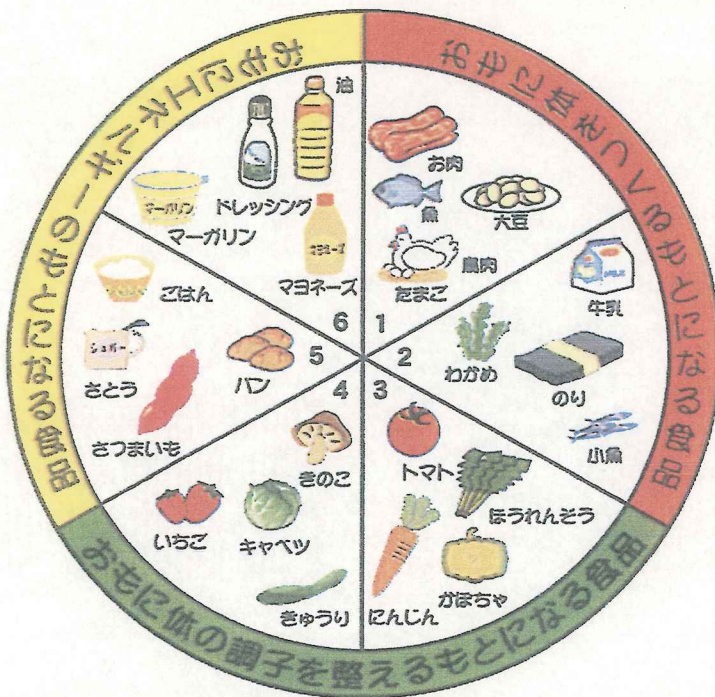
早寝早起き



11月 食育だより

寒い季節になってきました。「子どもは風の子」と言って、外で遊ばせることは望ましいのですが、やはり体調管理には気をつけてあげたいもの。気温や湿度が低くなる時期には、呼吸器粘膜の抵抗力が弱まって、ウイルスに感染しやすくなります。

かぜをひかないためにも、たんぱく質、脂肪、ビタミンC、ビタミンAの4つの栄養素をバランスよく摂取しましょう。



(食育目標) バランスの取れた食事をしましょう。

○ 必要な栄養をバランスよくとりましょう。

食べ物は働きにより、赤、黄、緑の三色に分けられます。

赤の食べ物 魚やお肉、卵やチーズなどで、血や肉、骨を作ります。

黄の食べ物 ご飯やパン、麺などで熱や力の素になります。

緑の食べ物 野菜や果物などで、体の調子を整えます。

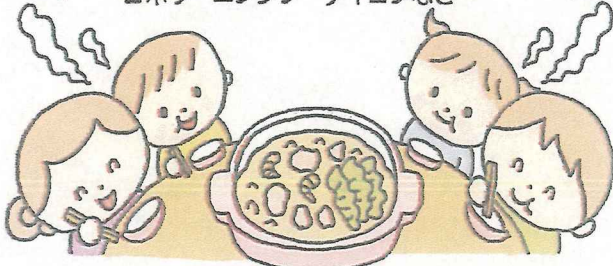
※ひとつの食べ物で万能な働きをする食べ物はありません。

○おかずばかり食べないでバランスよく食べましょう。

体をあたためて風邪予防

風邪のウイルスを防ぐには、免疫機能を高めること、身体をあたためることが大切です。ビタミン・ミネラルを十分にとり、バランスの良い食事をとることが風邪の予防になります。

- 身体をあたためるメニュー…鍋、おでん、うどん、雑炊、おじや、スープ・スープ煮、シチュー、グラタンなど
- 身体をあたためる食品…ネギ・ニラ・タマネギ・ショウガ・ニンニク・カボチャ・ゴボウ・ニンジン・ダイコンなど



今月のメニュー

もみじ揚げ・ポパイスープ・魚のきのこあんかけ

<もみじ揚げの作り方> (4人分)

- 水煮大豆60g、ひじき(乾)小さじ4、人参 30g、青しそ4枚、玉ねぎ1/4個、しらす干し大さじ2、クリームコーン30g、卵1/2個、小麦粉大さじ4、塩
- ① 大豆は洗う。
 - ② ひじきは水に戻しておく。
 - ③ 人参、青しそ、たまねぎは千切りにする
 - ④ クリームコーン、卵、小麦粉を混ぜ合わせ衣を作る。
 - ⑤ ④に大豆、ひじき、③の材料としらす干し、塩少々を加え、混ぜ合わせる。⑥ 中温の油に⑤の形を整えながら入れていく。



10月の メニュー
