



# ふなひきこどもえんだより



R5.11月 ふなひきこども園

昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調整が難しい季節です。お天気や気温の変化を見ながら、子どもたちが元気いっぱいにご過ごせるよう配慮していきたいと考えています。

運動会が終わり、子どもたちの顔つきも一回りお兄さん・お姉さんになったような気がします。今月も、さまざまな活動を通して子どもたちの成長を見守ってきたいと思います。



## 今月の予定



	月	火	水	木	金	土
			1 スポーツ教室 (らいおん・ぞう)	2	3 文化の日	4
5	6 身体計測 (うさぎ・きりん)	7 遠足(子どものみ) 身体計測 (くま・らいおん・ぞう)	8 夢レター プロジェクト (らいおん・ぞう)	9 英語あそび (らいおん・ぞう) 歯科健診	10 誕生会 (芋ごはんづくり)	11 くま組 親子レクリエーション
12	13	14 七五三参り (年長児)	15 スポーツ教室 (くま・ぞう)	16	17	18 ひなた de マルシェ作品展 (19日まで)
19	20	21 ぞう組 祖父母 陶芸教室	22 ありがとうの 日	23 勤労感謝の日	24 バイオリン教室 (ぞうぐみ)	25
26	27	28	29 総合避難訓練 (火災)	30		
						



- 🌸 令和6年度の継続の手続きが始まります。
- 🌸 6日(月)~18日(土)の日程で宮崎学園短期大学から実習生が来られます。
- 🌸 門の開閉は保護者の方がしっかりと最後まで確認してくださいませうお願いします。
- 🌸 日が暮れるのが早くなりました。事故防止のためにも車を駐車する際は十分に気を付け、車に乗るまで必ずお子様の手を離されないようお願いします。

園庭や園庭裏では、先生が「よーいどん！」と言うと嬉しそうにかけっこをする姿やお山を登ったり下りたりする姿が見られ、おもいっきり体を動かして遊んでいます。どんぐりを拾ったり、トンボやバッタなどの虫を見つけたり、秋の自然に触れながらお散歩や戸外遊びを喜んでいるうさぎ組さんです。

先日の保育参観はお忙しい中ご参加いただきありがとうございました。泣いてしまうこともありましたが、大好きな絵本を見たり、わらべうたを先生と一緒に歌ったり、お外遊びも楽しむことができました。

朝夕と昼間の寒暖の差が激しいので、衣服の調整をしながら体調に気をつけていきたいと思えます。

## うさぎぐみ



戸外遊びやお散歩が気持ちの良い、秋らしい気候になりました。

お外が大好きなきりんぐみの子どもたちは、大喜びで戸外遊びを楽しんでいます！

今月も、どんぐり拾いや落ち葉遊びなど秋の自然に触れながら、戸外遊びをたっぷり楽しみたいと思います😊

先日の保育参観はお忙しい中のご参加ありがとうございました。

子どもたちが伸び伸びと楽しく身体を動かして遊ぶ姿を見て頂けて嬉しく思いました。

朝夕の気温差で体調を崩しやすくなることがありますので健康観察をしっかり行いながら、元気に過ごせるよう見守ってまいります。

## きりんぐみ



先日はくま組の子ども達にとって初めての運動会でした。いつもと違う雰囲気緊張して泣いてしまうお友達もいましたが、練習では、みんながひとつになって初めてのバルーンも「いつだって～だいじょうぶ～」と曲を口ずさんだり、時にはお友達と顔を合わせ笑い合う様子も見られたりと楽しんですることができました。一人一人がとても輝いており、またひとつ成長することができました。たくさんの温かい応援、拍手をありがとうございました。これからも子ども達の笑顔や自信につながるような保育を心掛け一緒に楽しい思い出を作っていきたいと思います。

今月は、秋の遠足などの行事が待っています。体調管理をしっかりして元気いっぱい遊べるように体調を整えていきましょう。

※11月11日(土)はくま組の親子レクリエーションを開催致します。詳しい詳細は後日案内致します。

### くまぐみ



先日の運動会ではたくさんの応援と拍手をありがとうございました。運動会に向けて毎日頑張った子ども達。始めは難しかったことが、「あきらめないで どんなきも」と歌いながら少しずつ踊りのタイミングも合うようになりました。「出来るんだ本当さ ウソじゃないよ」と自信満々な姿を運動会で見せてくれました。運動会の練習を通して鉄棒に触れて遊ぶことも多くなり、一つ一つが自信につながっています😊次回の大きなステージは生活発表会！この自信を大切に日々の園生活を子ども達と一緒に楽しみたいと思います(☆\_ \_)

またお散歩や園庭に出ると、椿の種や赤や黄色に色づいた葉っぱや金木犀の香りなどで秋を感じています。おまごと遊びもさらに賑やかになったように感じます🍁給食では旬の食べ物を頂き、存分に秋を感じたいと思います！

### らいおんぐみ



運動会が終わり、なにか自信を持っていきいきと生活を送っている様子のぞうぐみです！！  
感染症の流行で、練習ができず不安に感じていたお友だちもいたようですが、日頃の頑張りと保護者の皆様のおかげで、笑顔いっぱいの運動会になりました。たくさんの応援、ありがとうございました。そして、やりたいことを遊び込むことはもちろん。「先生のお手伝いがしたい！！」と色々なことに興味を示しているようです★

保育のお仕事に興味を持ってきているお友だちもいて、嬉しい限りです★

11月は、祖父母の方を招いて、陶芸教室を開催予定です。その他にも、秋の遠足、七五三参りなど、ワクワクするイベントがたくさんあります！！お昼寝も少しずつ減らしながら、楽しい時間を過ごしていきたいと思います。



運動会では、たくさんのご参加をありがとうございました。温かい声援をたくさんいただき、子ども達は活き活きとした笑顔で参加することができました。保護者の皆様には、園庭整備や後片付けにご協力いただきまして本当にありがとうございました。



「読書の秋」「実りの秋」  
「芸術の秋」「食欲の秋」など、さまざまな「〇〇の秋」という表現があります。子ども達にとって何の秋でしょうか？  
過ごしやすいこの時期に色々な感性を磨いて欲しいと思います。



# げんきだより



令和5年11月  
清武社会福祉会

落ち葉が赤や黄色に色づいて、お散歩が楽しい季節になりました。朝晩の冷え込みで厚着で登園する子も増えましたが、日中の運動は意外に汗をかきます。脱ぎ着しやすい上着での調節をお願いします。

## 風邪をひかないためには、何をしますか？



免疫には、体に侵入したウイルスや細菌などの病原体と戦ったときに、その武器（抗体）を残しておき、次に同じ病原体が侵入したときに、速やかに撃退できる仕組みがあります。そのため、子どもは成長とともに風邪をひきにくくなります。

ただし、風邪の原因となるウイルスは200種類あるといわれますし、インフルエンザのように変異しやすいウイルスや、ノロウイルスのようにタイプが多いウイルスもあり、油断は大敵。感染症シーズンに備えて、下記の「3つの保」で風邪を防ぎましょう。

### 体を保温する



首の皮膚のすぐ下には太い血管が通っています。ここを温めると、全身に温かい血が巡ります。

重ね着で調節。静電気が起こりにくく肌触りのよい綿がおすすめです。

体を冷やすと風邪をひきやすくなります。ただし、厚着をして汗をかくと、汗が冷えて逆効果。薄手の服を重ね着するほうが、中に空気の層ができて保温効果が高まります。暑くなったらこまめに脱いで調節しましょう。

### 室内を保湿する



空気が乾燥すると鼻やのどの粘膜がダメージを受けやすくなり、ウイルスが浮遊しやすくなります。加湿器を使ったり、室内に洗濯物を干したりして乾燥を防ぎましょう。

### 体を保護する

保護とは「気をつけて守ること」。よく寝て、栄養バランスのとれた食事をするように気を配り、健康を守りましょう！



### 清武町で流行している感染症

インフルエンザ・溶連菌感染症・プール熱・ヒトメタニューモウイルス  
新型コロナウイルス感染症などです。手洗い・うがいを励行しましょう。



# 食育だより

No.4



木々の葉も色づき、だんだんと秋が深まり、朝晩の寒さも厳しさを増してきました。

季節の変わり目は体調を崩しやすいので、旬の食材を織り交ぜながらしっかりと食事をとり秋を満喫し、厳しい冬に備えましょう。



## 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



子どもたちのだいすきな おやつです！

## 《きな粉おはぎ》

材料

米...1/2カップ

餅米...1/2カップ

きな粉...大さじ5

砂糖...大さじ5 塩...少々

作り方

- ①餅米と米を同量にして炊飯器で炊く。
- ②ボウルにきな粉と砂糖、塩を混ぜておく。
- ④炊けたら、釜の中ですりこぎで軽くつき、まるめて②のボウルにに入れてまぶす。



毎年、裏山で栗が収穫できます。今年の収穫は10個ほどでした。地域の方からいただいた栗で、渋皮煮を作りマロンケーキにトッピングしました。



さつま芋の収穫をして、11月に、さつま芋ご飯を作ります。楽しみです！

じゃが芋が大きくなっています。

