

いずみっこだより

令和5年12月 南今泉保育園



寒さが身に染みる季節となりました。冷たい風の中でも元気に遊ぶ子どもたちの姿にたくましさを感じます。

行事予定

日	月	火	水	木	金	土
12月					1 エコ活動 安全点検	2
3	4	5	6 絵画教室 (年中、年長)	7 スポーツ教室 (年中、年長) 体操服上下	8 もちつき 	9 年長児親子 レクレーション
10	11	12 ダンス教室 (年長) 体操服上下	13 避難訓練 (火災) 緊急対応訓練	14 交通指導	15 サンクス コンサート♪	16
17	18 音楽遊び (年長) 体操服上	19 身体計測	20 英語遊び (年中、年長) 体操服上	21 スポーツ教室 (年少、年長) 体操服上下	22 誕生会 クリスマス会 	23
24 	25	26	27	28 保育納め	29 年末保育	30 年末保育
31						

12月15日(金)

♪サンクスコンサート♪

西村楽器店の方が、生演奏をさせていただきます。

★12月8日(金)

もちつきを計画しています★

エプロン、三角巾(バンダナ)、マスク

*爪を切ってきてください。

*髪の毛の長い子は結んでください。

12月29日~1月3日までは

年末年始のお休みになります。

*29日(金)30日(土)は、年末保育になります。

ご両親お二人とも、お仕事の方のご利用になります。よろしくお祈りいたします。



ひよこぐみだより



【 保育目標 】

- 冬の自然を感じながら、興味のあるあそびを通して保育士や友だちとの関わりを楽しむ。
- 一人一人の体調に留意し健康に過ごす。



【 子ども達の姿 】

発表会も終わり秋空の下、元気よく広場で遊んだり、お散歩に行ったりすることができました。月齢の少し大きいお友だちは、保育士の「お外行くよ～」の声掛けで帽子をロッカーから取って来たり、自分の靴を持って来たりして、そわそわしながら持っている姿がとても可愛いんですよ！

室内遊びでは、お友だちの動きや持っている物・場所が興味津々で、場所や玩具の取り合いっこをしながらも一緒に遊んだり、同じ遊びを真似たりしてお友だちとの関わり、触れ合い遊びをするようになってきました。これからも子ども達の成長を見守りながら、この冬を元気に乗り切り楽しく過ごしていきたいと思います。



【 おねがい 】

*朝夕とめっきりと冷え、寒くなり靴下や上着の着用が多くなってきました。衣服や持ち物には名まえの記入をお願いします。

*風邪や感染症などにかかりやすい季節です。少しでも気になる症状が見られましたら、口頭やコドモンでお知らせ下さい。



【 冬が本格的に・・・ 】

*寒さが厳しい季節になってきました。体調管理に気を付けながら栄養バランスのとれた食事・十分な睡眠を心がけながら寒さに負けないように過ごしていきたいましよう～

(体調が少しでも悪くなった時は早目の対応をされると、回復も早いと思われます。)



【 新年は元気な顔で♥ 】

○ジングルベルが聞こえるようになり、あっという間に年末がきますね・・・

振り返るといろいろな事がありましたねえ！笑ったり、泣いたり、怒ったりと、年末年始も楽しいことがいっぱいあります。体調や怪我などに気をつけながら元気に過ごして下さい。新年度には元気な姿で保育園に登園して来てくれるのを待っています。





うさぎぐみだよ



☆保育目標☆

- ・寒さに負けず、健康に過ごす。
- ・友達との関わりを広げ、保育士や友達と楽しく遊ぶ。



急に冷え込み、寒い日が増えてきました。いよいよ冬本番ですね。

うさぎ組では、晴れた日は外に出て広場で自由遊びや、散歩に行って自然に触れ楽しんでます。

雨の日はワクワクルームで自由遊びを楽しんだり、お部屋でマット運動をして発散しながら過ごしています。最近言葉が増えてきて、友だち同士の関わりの中で、思いやりや優しさ溢れるやり取りが見られるようになり、成長を感じて嬉しくなります。



おすすめ絵本「もりのおふろ」



「ごしごしゅっしゅ」と背中を洗うシーンが何度か登場します。それに合わせて子どもたちも色々な動物になりきって体を動かしています。

二歳児後半になると、絵の中にある気持ちを読み取りはじめます。登場人物から気持ちや言葉が感じられる物語絵本がいいですね。

秋の散歩は宝物がいっぱい！

最近のお散歩では、大きいさんは手作りのお散歩バックを持って行き、落ちているどんぐりやきれいな葉っぱ、木の枝を、まるで宝物のように「あった！こっちにも！」と目を輝かせ袋いっぱい詰め込みながら拾い集めています。まるでトトロの世界に迷い込んだようで、見ていてとっても可愛いです。



友だちとの関わりの中で育つ力

保育園での様子をお伝えすると「え～、お家ではしないのに。」という声をよくお聞きします。

それを聞くと、保育園という子ども集団の中で、子どもたちは大好きなお友達にたくさんの刺激をもらい、主体的に活動することができているんだな～と感ずることが出来ます。

友だちに応援されて、苦手なお野菜を食べることができたり、素敵なお友達の姿に憧れて身の回りのことに取り組んだり、トイレトレーニングを頑張ったり。子ども同士の響きあうかって本当にすごいな～！と見ていてうれしくなります。



- ・持ち物には必ず**名前**のご記入をよろしくお願ひします。
- ・自我の芽生えでトラブルの多い時期です。けが防止のためこまめに**爪のチェック**をよろしくお願ひします。



くまぐみだより

12月

▲ 保育目標 ▲

冬の空気、クリスマス会などの行事を通し、季節を感じながら過ごす。
戸外で保育者や友達と一緒に体を動かして遊ぶ。



寒さが本格的になってきましたが、くま組さんは寒さに負けず元気いっぱいです😊💡朝のお集まりで、季節の歌を歌うのですがとっても元気な声で歌っています🎵最近のお気に入りの曲は「やきいもグーチーパー」で、保育士やお友だち同士でじゃんけんを楽しんでいます😊❤️新しい玩具も増え、毎日楽しそうに遊んでいます🌟遊びたい玩具を他のお友だちが使っていると、今までは衝突しそうになることもありましたが、最近では「これ貸して！」「いいよ！」と子ども達同士で貸し借りも出来るようになってきました🎵みんなの成長している姿をたくさん見ることが出来て私たちも嬉しいです🌟

今月は子ども達が楽しみにしている行事が盛りだくさんです💡体調管理に気を付けながら、毎日楽しく過ごしていきたいです💡

先日、保育園の畑で芋ほりを行いました🌟登園時から芋ほりをするのを楽しみにしていたくま組さん🐻💡軍手を付けて、土の中に埋まっている芋を頑張って掘ってました！お芋を見つけると大興奮で「あったよ！」と教えてくれ、力いっぱい引っ張って収穫していました🌟みんなのお顔より大きなお芋もたくさんあり、「でっかいよ～！重いね～！」と言いながら、お友だちや保育士に見せていました❤️とても楽しい時間になりました♪



くま組さんでは、お医者さんごっこが大ブームです💡聴診器を付けて胸の音を聞き、注射までしてくれます！「次の方どうぞ～！」「今日はどうしましたか～？」などお医者さんになりきって遊んでいますよ🎵注射をする時は「痛くないから大丈夫よ～！すぐ終わるからね～！」と優しい声を掛けています😊💡子どもたちが繰り広げるごっこ遊びがとっても面白いです👩🏻‍⚕️患者さん役、お医者さん役を交代しながらみんなで楽しそうに遊んでいます❤️



おねがい

- 引き続き、ゴドモンでの戸外遊びのチェック(○×)をお願いします。
- 寒さに負けない体力づくりをしようと思いますので動きやすい服装で登園して下さい。

12月の歌

- ♥️ こんこんクシャンのうた
- ♥️ あわてん坊のサンタクロース
- ♥️ きらきら星





そうぐみだよ

保
育
目
標

○手洗い、うがいの習慣を身につけ、風邪予防を進んで行う。

○日本の伝統文化に触れ、年末年始の過ごし方に興味を持つ。



戸外で遊ぶ事が、大好きな子どもたちです。自分たちでルールを決めて、こおり鬼ごっこをしたり、広場では、長縄、ボール遊び、フープ遊びなど体を動かして遊ぶ姿が見られました。室内では、新しい玩具のラックスブロックという玩具でよく遊ぶ姿が見られます。組み立て書を見て作ったり自分たちで考えて作ったりとすぐに難しい物を完成させていました。また年中さんが、うまく繋げる事ができない時は年長さんが手伝ってあげる姿も見られて嬉しい気持ちになりました。

先日、清武中央子ども園に、グッピーを貰いにいきました。いろいろ楽しそうに話をしながら観察する様子が見られました。自分たちで名前を「青ピクミン、岩ピクミン、白ピクミン」など名前もつけていました。引き続き大切に育てていきたいと思えます。

もちつき

8日（金）は、もちつきです。

- ・エプロン
- ・三角巾
- ・マスク

記名をし、持たせてください。
宜しくお願ひします。
※爪の確認もお願ひします。



★子ども達の体力づくりで、マラソン、縄跳びを遊びの中で取り入れていきたいと思ひますので、縄跳びの準備をお願ひ致します。（記名をお願ひします）

※なわとびの縄の長さをお願ひ調整して下さい。

★感染症予防をしましょう。
風邪症状等見られる場合は、早めのお診をお願ひいたします。



令和5年
12月

げんきだより

口呼吸と鼻呼吸

近年、「口呼吸」を疑われる子どもが増えていると言われています。風邪や鼻の病気をきっかけに鼻がつまり、口で呼吸をしようとする、口呼吸の原因になります。また、口のまわりの筋肉が十分に発達していないと口がポカンと開きやすくなることも原因となります。

口呼吸がなぜ悪いのかというと、口の中が乾燥し、細菌が増えることで虫歯や歯肉炎、口臭を引き起こしてしまったり、口で直接息をすると空気に含まれる細菌が直接気管に入り、風邪をひきやすくなってしまいます。また、口の周りの筋肉や、舌の筋肉が緩み、顎の成長、骨格、歯並びや噛み合わせに影響します。お口の体操をすることで舌の位置が正しくなって、鼻呼吸になると言われています。

「あいうべ体操」 お口のまわりを鍛えましょう！



「あ」は
おもいきりおおきく
くちをあけてみよう



「い」はくびに
すじがはいるくらい
ひろげて



「う」はくちびるを
おもいきりまえに
とんがらせる



「べ」はべろを
これでもかというほど
まえにだしてみよう



絵本の紹介

「はないきおばけとくちいきおばけ」

どうして鼻呼吸が良いのか、口呼吸が良くないのか、お子さまにわかりやすく描かれています。途中、「あいうべ体操」についても描かれているので、絵本を読みながら、親子で一緒に「あいうべ体操」をやってみるのもおすすめです。

年末年始の急病に備えて

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子様の急な発熱やケガに備えて、事前にかかりつけの医療機関の休診日、休日当番医などを確認しておきましょう。

感染症情報

手足口病、アデノウイルス感染症（プール熱）、溶連菌感染症、インフルエンザの報告がありました。インフルエンザの多くは、数日から1週間程度でよくなりますが、肺炎や脳炎・脳症など重篤化することもあります。「いつもと行動が違う」「言動が妙に変だ」など気になる症状がある場合はすぐに受診しましょう。

12月

令和5年12月
南今泉保育園

食育だより



冷たい風が吹いたり、朝が冷え込んだり、一日の寒暖差が大きかったり、体調を崩しやすい季節になりました。

これからの季節はクリスマスやお正月など、楽しい行事がたくさん待ち構えています。風邪や感染症で体調を崩さないよう、栄養たっぷりの食事をして、元気に冬を過ごしましょう。

バランスの良い食事で風邪予防を!!

風邪を予防するには、バランスよく偏りのない食べ方をすることが大切です。【5色の食品】を摂ることで、バランスも良くなるようです。見た目(色や盛り付け方)が、食べる意欲にもつながります。

- 白～ご飯、豆腐、白菜、白身の魚
- 赤～にんじん、赤ピーマン、トマト
- 緑～ほうれんそう、ブロッコリー、ネギ、ニラ
- 茶～肉 (黒～のり、ゴマ、ひじき)
- 黄～かぼちゃ、パプリカ、卵



いもほりをしました

今年のおいもは、かぼちゃのような見た目のとても大きなおいもでした。



給食の食材として利用したり、おやつに利用したりします。焼き芋会をする予定です。楽しみです♡

給食室をのぞいてみましょう👀

献立名「もみじ揚げ・白菜のツナ和え・かぼちゃのみそ汁」を調理の先生たちが一生懸命作っています。7種類の食材(+衣)が入ったとても栄養のバランスの良い献立です。カラッと揚げることで食感もよくなります。園児たちもよく食べる献立のひとつです。



①魚、タマネギ、にんじんをコロコロに切る。その他の材料を準備する。



②切った材料を全部ボウルに入れ、衣と合わせる。



③一口大に取り分け、油で揚げる。



④完成!! 盛りつける。

材料
大豆・ひじき・玉ねぎ・魚切り身・にんじん・むき枝豆・クリームコーン衣(卵・小麦粉・塩)油

