



園だより

しんまち保育園

周囲の木々も色づき秋の深まりを感じる季節になりました。朝夕の冷え込みも厳しくなりましたが、日中は晴れると戸外で過ごすには気持ちのよい季節です。子ども達も、せんだんの実や落ち葉をひろってこの時期ならではのあそびを楽しんでいます。

今月は、生活発表会に向けての表現活動を中心に取り組みます。26日には0, 1, 2歳児のお友だちは本番を迎えます。楽しみにしててください。また、勤労感謝の日にちなみ、地域で働く人達の様子を見学します。ご家庭においても、それぞれの役割について話し合ってみるのもよい機会だと思います。子どもたちも、1つの役割を任せられることで、やる気と自信がつくことと思います。

感染症も増えてくるこの時期、手洗いうがいをこまめにし、健康管理に十分注意をして体調を崩さないようにしましょう。



保育目標

- ☆ 秋の自然に触れ、木の葉や木の実などを使ってあそぶ。
- ☆ 自然や身近な動植物に親しみ、関心を持つ。



- 5日(木) 身体測定(幼児)
- 6日(金) 身体測定(乳児)
- 11日(水) 総合避難訓練
- 12日(木) 卒園記念写真撮影(年長児)
- 19日(木) 生活発表会総練習(0, 1, 2歳児)
- 20日(金) 働く人にありがとう、合同交通安全誘拐防止指導
- 26日(木) 生活発表会(0, 1, 2歳児)

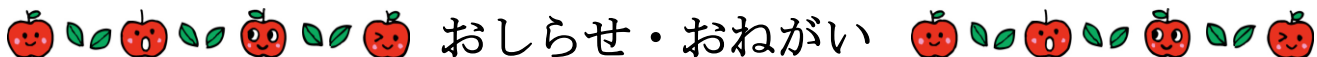
※詳細は後日連絡します。

- 27日(金) 生活発表会総練習(3歳以上児)
- 30日(月) 誕生会
- *毎週1回 清潔検査・交通安全誘拐防止指導
- *毎月1回 園庭石拾い・砂場整備



12月の予定

- 5日(土) 生活発表会(3歳以上児) ※詳細は後日連絡します。
- 10日(木) いも煮会(4, 5歳児 祖父母)
- 15日(火) 親子木工教室(5歳児 15:00~)



お知らせ・おねがい

- ☆ 秋の火災予防週間 11月9日（月）～15日（日）までです。
全国統一防火標語『無防備な心に火災が かくれんぼ』
- ☆ 誘拐、交通事故などからお子さまを守りましょう。
事故防止の為、送迎時には門前付近への駐停車しないようにお願いします。
- ☆ 保育料の納入期限を守りましょう。今月の保育料の引き落としは11月30日
です。事前に残金の確認をお願いします。

◎ぎょう虫検査について

17日（火）にぎょう虫検査用紙を配布します。19日（木）に回収します。

◎尿検査について

19日（木）に検査容器を配布します。24日（火）朝一番の尿を採って
午前9時までに持ってきてください。2歳児からの実施となります。

規則正しい生活習慣で免疫力をつけよう

◎早寝・早起き・朝ごはんが基本！

早寝のために

人間のからだは、夜になると自然に眠くなるようにできています。このときに大切なのが「メラトニン」というホルモンで、このホルモンが眠りに作用します。

メラトニンの分泌は、受ける光の量によって調節されています。だから、夜中でも明るい照明の中で過ごしていると、このホルモンの分泌量が減り、眠くなりにくくなります。眠る1時間前には、部屋を暗くするようにしましょう。

すっきり起きるために

毎朝、起きる時間近くなると、目覚めるためのからだの変化が起こります。コルチゾールというホルモンやセロトニンという物質が大量に分泌され、元気に一日を活動できる状態になるのです。

ただし、これらの変化が毎日きちんと起こるためには、いつも起きる時間が決まっていることと、朝の光を浴びることが必要になります。

朝ごはんを習慣に

朝ごはんを食べることで、体温は上昇し、寝ている間に消費したエネルギーの補充もでき、活発に活動する用意が整います。子どもが「朝から食べられない」と言うのであれば、バナナ1本おにぎり1個から始めてみましょう。

月刊「健」より



*新しい職員を紹介します。

中村 洋子保育士 11月1日より たんぽぽ組担当です。

よろしくをお願いします。