R7　10 月　　らいおん組

残暑も落ち着き、やっと朝夕が涼しくなり過ごしやすくなってきました！
子ども達もやっと戸外での活動を活発に行えるようになりました。これから夏の間で落ちてしまった体力を取り戻せるように、沢山体を動かしていきたいと思います。

クラスレクレーションはお世話になりました。とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。準備頂いたクラス役員さんはじめご協力いただいた保護者の方々、ありがとうございました。竹馬はさっそく取り組んでいます。乗りこなせるようになったらお家の方にもみてもらう機会をつくれたらと思います。

お祭りもご協力ありがとうございました。

今月のうた

♪きのこ

♪虫のこえ

今月の活動

〇製作
〇楽器遊び
〇体力づくり

今月の子ども達の様子

けん玉に夢中のらいおん組。時間があると「けん玉していいですか？」と言って取り組んでいます。使いやすいけん玉と使いにくいけん玉があるようで、交代で使うように伝え様子を見ていると、自分たちで時計を見ながら時間を決めて交代する様子が見られています。
10月にまたけん玉教室があります。検定合格に向けてみんな頑張ってます！！

おしらせ・おねがい

☆毎日体拭きタオルは持たせてください。予備のハンカチも連絡袋に入れておいてください。

R7　10 月　　きりん組

朝夕の暑さも少しずつ和らぎ、過ごしやすい季節になってきました。子どもたちも元気に戸外遊びを楽しんでいます。
最近は鍵盤ハーモニカに興味を持ち、自分たちで音を出すことを楽しんでいる子どもたち。活動にも取り入れ、みんなで一緒に弾いて遊んでみました。「きらきら星」の音階を色付きのシールに書いて楽譜を作ってみると、自分たちで鍵盤ハーモニカに貼ってある色と見比べながら弾いてみようとする姿が見られていました！
大太鼓や小太鼓、鉄琴などにも触れ楽器遊びを楽しんでいるきりん組です！

9月末にグループ替えを行いました。初めてくじ引きでグループを決めましたが、紙に書かれた数字と保育者が発表する数字を一致するとワクワクした表情で移動する様子が見られていました。グループ名もお友だちと一緒に話

★おじいちゃんおばあちゃんの集いお世話になりました！★

先日のおじいちゃんおばあちゃんの集いは大変お世話になりました。
きりん組では糸電話作りを行いました。おじいちゃんおばあちゃんと一緒に紙コップに絵を描いたりシールを貼ったりして飾り付けをし、できあがった糸電話でおじいちゃんおばあちゃんや友だちと内緒のお話を楽しみました！「なんで声が聞こえるのー！？」と細い糸を通して聞こえてくる声に不思議さを感じながら楽しんでいた子どもたちです😊

お知らせ・お願い

・少しずつ朝夕肌寒く感じる季節になってきました。その日の気温に合わせて子どもたちが自分で着替えを行うことができるよう、調節しやすい薄手の長袖を予備の着替え袋の中に入れて持たせてください。

今月のう

・山の音楽家
・まっかな秋
・勇気１００％

今月の予定

・散歩
・楽器遊び
・ハロウィンパーティー

R7　10 月　　ぱんだ組

★チョッキン！ペッタン！ぶどう作り★

子どもたちから「お道具箱のハサミ使いたーい」とやる気一杯の声が！そこで、画用紙を使ってぶどう作りを行いました。線に沿って画用紙をチョキチョキ切り、のり貼りをして輪っかを繋げて楽しみました。
「ずれちゃった～」「ちっちゃくなっちゃった…」と思い通りにならないこともありましたが「もういっかいやる！」と何度もチャレンジしていました。のりの量も「お母さん指にちょっとだけ」と約束を思い出し、取り組んでいましたよ。出来上がったぶどうは、お部屋につるして楽しんでいます。見に来てくれた先生方や友だちに「自分たちで作ったんだよ」と自信満々で伝える表情が可愛らしい今日この頃です。

★太鼓の音はどんな音？楽器遊びをしたよ★

これまで、鈴などの手持ちの打楽器を楽しんできた子どもたち。ついに太鼓やシンバルなど大きな楽器にも挑戦をしましたよ。
大太鼓を叩いてみせると、その音の大きさにビックリ！「雷みたいな音がする！」と興味津々の様子でした。小太鼓やシンバルの音も聞き比べ、「雨が降ってきたときの音」「花火の音」「キラキラの音」とかわいいつぶやきがたくさん聞こえました。ひとりずつ楽器に触れて遊びました。活動の後も、ままごとコーナーのイスを太鼓に見立て、演奏会を楽しんでいた子どもたちでした。

◎10月6日(月)に『月見だんご作り』を行います。
靴箱前に掲示の通りエプロン、マスク、三角巾の用意をお願いします。

10月の行事

◎グループ替え　◎月見だんご作り　◎楽器遊び　◎お風呂屋さんごっこ

♪とんぼのめがね　♪どんぐりころころ　♪山の音楽家　などを歌います

R7　10 月　　うさぎ組

～　コーナー遊び　開店　～

ガチャガチャのカプセルを再利用してアイスを作り、アイス屋さんが開店しました。2～3人の友だちと一緒んにアイス屋さんごっこ遊びを楽しむ姿があるなか、店員さんとお客さんに分かれるのではなく、みんなが店員さんになりアイス作りに夢中…いつの間にか保育者がお客さんになっていたり、店員さん同士で作り合ったりと楽しんでいます。

今月の歌

・大きな栗の木の下で

・やきいもグーチーパー

今月の活動予定

・秋の製作
・散歩
・楽器遊び

お知らせ　・　お願い

☆服装について…
　かけっこしたりと、思い切り身体を動かして活動しますので履きなれた靴・動きやすい服装で登園をお願いします。
☆着替え(予備)について…
　補充分の着替えなど毎日確認して下さい。まだまだ汗をかく時期でもありますので肌黄・パンツ(布パンツを使用の方)を忘れず入れてください。また毎日、カバンの中に体拭きタオル2枚も入れてください。
☆爪は伸びていませんか？
　爪が伸びていると自分だけではなく、友だちも危険です。定期的な確認、爪切りをお願いします。
☆上靴について…
　11月より上靴の使用を始めます。足のサイズに合った上靴の準備をお願いします。詳しくは、後日お知らせします。

R7　10 月　　こあら組

秋も深まり、園生活も落ち着いた和やかな雰囲気が感じられます。給食を残さなくなったり、外遊びを活発に行ったりする姿も見られるようになりました。

花火製作を楽しみました。「ヒューどん！」と花火の真似をするお友達や「ヒューどん見たよ～！」と夏の思い出を話してくれるお友だちもいました。今月も子どもたちと一緒に楽しく過ごしていきたいと思います。

今月のう

〇やまのおんがくか
〇やきいもグーチーパー
〇まつぼっくり

今月の活動

〇戸外遊び
〇お散歩
〇絵の具遊び

☆お知らせ・お願い☆

〇戸外遊びや散歩に行く機会が増えます。子どもの足に合った靴での登園お願いいたします。また靴・靴下には必ず名前の記入をお願いいたします。靴下の迷子が増えているので靴下は登園時脱いだらカバンに入れておいてください。

〇朝夕と日中の気温差がありますので、体調を崩すお子さんが増える時期です。調節しやすい服装をするなど体調管理にお気を付けください。

〇日々のアプリ記入お世話になっています。水遊び等は終わりますが引き続きアプリの記入ご協力よろしくお願いいたします。

お手数をおかけしますがよろしくお願いします

R7　10 月　　ひよこ組

食欲の秋🍁到来！

朝夕は気温も少しづつ下がり、おだやかな秋の日差しを感じる日も増えてきました。季節の移り変わりを楽しみつつ散歩や戸外遊びもたくさん行っていきたいと思います。
まだまだ日中は暑い日も多いですがひよこ組の子ども達は元気いっぱい！たくさん遊んで食欲旺盛です。給食やおやつなどの時間になると声をかけた瞬間から手洗いに行こうと気合が入っています（笑）
スプーンやフォークなどを自分で持って食べようとしたり、手づかみで一生懸命に食べる姿も見られるようになりました。自分でやってみたいという気持ちを大切にしながらも難しい時には援助をし、楽しんで食事がとれるような雰囲気作りを作っていければと思っています。ご家庭での食事の様子などもぜひぜひ教えてください。

今月の歌

まつぼっくり
やきいも
グーチーパー

今月の活動

戸外遊び
園外散歩
ハロウィン
製作

様々な感触遊びや戸外遊びを多く取り入れようと思っています。
登園時は汚れてもいい服での登園をお願い致します。

お願い

❁毎日の準備お世話になっています。登園時のタオル掛け、給食袋のかごへの提出は毎朝、保護者の方で行っていただくようお願いします。荷物はひよこ組　室内へお願いします。また、給食袋の中にはエプロン、ビニール袋を入れて持たせてください。

❁涼しくなってきたら戸外遊びを多く取り入れていきたいと思っています。まだ歩いていないお子さんも靴の準備をしていただけると助かります。

❁お子さまの成長に合わせて、ロンパースの肌着、洋服等はセパレートタイプへ移行してもらうと助かります。

R7　10 月　給食便り

少しずつ秋を感じられる季節になってきました。寒暖差で体調を崩しやすくなってくるので、早寝早起きを心掛け、朝ごはんもしっかりとり、体調管理に努めましょう。

秋の味覚を楽しみましょう

秋は新米、なす、さんま、りんご、ぶどう、くり、なし、まつたけなど、おいしい食べ物がたくさん出回る季節です。
9月の食育では、色々なキノコを紹介しました。秋の食材に欠かせないキノコは、ビタミンDやミネラルなどが豊富で、食物繊維もあり便通も良くなります。カリウムも多いため塩分の過剰摂取を抑制すると言われています。

9月11日のチンジャオロースに使う玉ねぎの皮むき、ピーマンの種取りのお手伝い！苦手な子どもが多いピーマンもよく食べてました。

一日に必要な栄養量の目安

3～5歳児は一日 1275kcal、1～2歳児で 925kcal（ともに男女平均）必要とされています（日本人の食事摂取基準 2015 より）。保育園では、昼食＋おやつで 3～5 歳児は一日のうちの 40%を、1～2 歳児は 50%を摂取することが目安とされています。保育園の給食だけでは一日に必要な分を摂取できません。家庭で朝食や夕食をしっかり食べましょう。

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B_1　目の神経の働きを正常にする（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）

お願い！

らいおん組・きりん組・ぱんだ組は、白ごはん・箸・コップの忘れ物がないようにお願いします。

R7　10 月　10月保健便り

暑過ぎた夏にもようやく季節の移り変わりを感じます。水遊びが活発だった子どもたちも今は園庭に飛び出し体をいっぱい動かし遊んでいます。子どもの体力もぐ～んと伸びる季節でもあります。色んな経験を通し元気な体を育んでいきましょう！自分の身体に興味を持ち健康で過ごせるように、少しずつ子ども達と一緒に「身体を知る」の勉強をしていこうと思います。

★10月10日目の愛護デー★

10月１０日の「１０１０」を横に倒すと眉と目に見える事から目の愛護デーと制定されています。
目の健康を呼びかけ大切にする日として子どもたちと考えてみようと思います。

★園児健康診断のお知らせ★

１０月１４日(火)
１３時４５分～
光進会クリニックの先生の診察です

★インフルエンザ

～予防接種始まります～

インフルエンザは小さな子どもには重症化や、合併症のリスクがある感染症です。かかりつけ医の管理の元、計画的に接種しましょう。

★救急の日★勉強しました★

９月９日は救急の日にちなみ子どもたちと考えてみました！
★けがの応急法
★鼻血の手当
★救急車の呼び方
★救急箱、散歩時のリュックの中身の紹介
職員のわざと間違った寸劇を笑いながらも「せんせい～ちがうよ！」と一生懸命教えてくれる場面もみられました。
家庭でも話題にしてみてくださいね。