



りとせだより



10月

りとせ橋本保育園 2020年10月1日発行

さわやかな風が心地良い季節、そして実りの秋がやってまいりました。子ども達は春に入園や進級をして新しい環境の中での生活が始まり、毎日たくさんのお友だちや身近な大人達と関わって過ごしてきました。夏には水遊びを楽しみ、感覚遊びで心地良さを知ったり開放的な気分を味わったりしました。「りとせ祭り」や「運動会」などの行事では、協力する事の喜び、頑張る事の大切さに気づくなど様々な事を学びました。そして今、子ども達の心や体にもたくさんの実りがみられています。その成長した姿を認めながら、子ども達と一緒にたくさんの実りを見つけて過ごしていきたいと思います。



10月生まれのおともだち



6名のお友達です
おめでとうございます

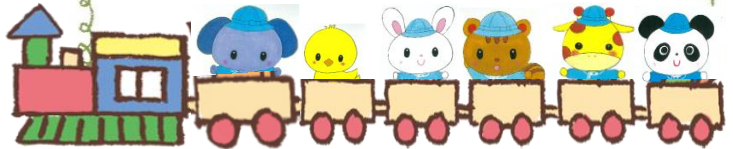


今月のうた

- ♪ まつぼっくり
- ♪ まっかな秋

行事予定

- 2日(金) 英語教室(プリンス英米学園)
- 13日(火) 避難訓練(火災・地震)
- 14日(水) 内科健診
- 16日(金) リトミック教室(カワイ音楽教室)
- 17日(土) 個人面談(うさぎ・ぱんだ・きりん・ぞう)
- 20日(火) 誕生会(クラスごと実施)
- 23日(金) 英語教室(プリンス英米学園)
- 24日(土) 個人面談(ひよこ・りす)
- 30日(金) ハロウィン



おすすめの絵本

さつまのおいも



「さつまのおいも」いつも食べているさつまいもが土の中でどんな暮らしをしているか、収穫のときに引き抜かれてしまわないようにどう踏ん張っているか、面白く描いた絵本です。

「おちばきょうそう」子どもが親しみやすい絵のタッチなので、小さいお子さんでも楽しく読めます。2人の愉快的やりとりが見ていて微笑ましいです。実際に落ち葉を集めて、ダイブしてみると楽しいと思います



「もりのかくれんぼう」美しい黄色色の秋の森と動物が出てくる絵本です。森の中に動物が隠れており、ストーリーだけでなく動物探しにも夢中になるお子さんが多いようです

「こんくんのおんがくはっぴょうかい」絵が優しいタッチで描かれています。こんくんの友達の優しさが、温かい気持ちにさせてくれる絵本です。子どもと一緒に秋を探しに行きたくなります。



土踏まズの発達

秋は園外保育など足を使った活動の機会が増えますね。子どもたちの足の裏の土踏まズは形成されていますでしょうか。体のバランスを取ったり、足を地面につける時の衝撃を吸収したりする役割があります。裸足で指しゃんけん、お風呂で足の指のくっしんなど楽しく足を動かして、土踏まズの発達を促してみましよう。

衣替えの季節を迎えました。夏の間すっかり大きくなった子どもたち。冬物が小さくなっているかもしれませんね。衣替えの際には、ぜひお子さんにお手伝いをさせてあげてください。小さくなった衣類や、まだ着られる服などを実際に見ることで、自分の成長を感じるとともに、物を大切に、感謝する気持ちを育てていけたらすてきですね。

※10月は、衣替えの移行期間(園服)とします。
気温に合わせて、調節してください。





ほけんだより 10月号



2020年10月1日
りとせ橋本保育園

昼間は汗ばむ日もありますが、朝夕はグッと冷え込むようになりました。お布団も洋服も衣替えの季節です。この季節は風邪をひきやすいので、体が冷えすぎてしまわないようにきちんとし下着を着て、上着などで体温調節をしましょう。

10月10日は 目の愛護デー



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成すると言われています。その後の視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。



こんな方は危険信号！

- ・テレビや絵本を近づいて見る。
- ・明るい戸外でまぶしがる。
- ・目を細めてみる。
- ・上目遣いで見る。
- ・目つきが悪い、目が寄っている。
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾げたりする。

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段からきにかけて見るようにしてください

秋は薄着の服装で

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、つつい子どもに厚着をさせたくなくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣を付けておけば、かぜをひきにくい体になります。外気を肌で直接感じる事で自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、じょうずな体温調節を行いましょう。

インフルエンザ対策



- ・食事前、帰宅時に、手洗いうがいをする。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
- ・肌着をきちんと着けて、気温に合わせた衣服の調整をする。
- ・部屋の換気をし、人混みをなるべく避ける。
- ・適度に運動をする。

風疹



空気中の風疹ウイルスが鼻や口から入り、2~3週間の潜伏期間を経て、赤い発疹が顔から現れて全身へ広がります。耳の後ろや首の後ろのリンパ腺が腫れる事もあります。「三日ばしか」とも呼ばれるように、3日程度で熱も下がり発疹もきれいに消えます。1歳になったら、早めの予防接種をお勧めします。

予防接種を受けよう！

感染力の高いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月~12月頃には「接種を済ませておきましょう。」

