



10月 てつなぎ



◇澄み切った青空の下で◇

猛暑日が、例年より長く続いていましたが、彼岸を過ぎてやっと朝晩に秋の気配が感じられるようになりました。しかし、日中はまだ暑く、熱中症対策も油断できません。外での遊びも休憩をとったり、お茶タイムを設けたりと工夫しながら遊んでいます。それでも遊びに夢中になると、真っ赤な顔をしている子の姿も。周りの大人が気をつけてあげないといけないですね。



楽しいことがいっぱい



10月はさわやかな時期です。散歩、遠足、運動会ごっこなど、戸外で活動する機会を多く取り入れ、自然の中で過ごすことの心地よさ、驚き、発見などに共感しながら、秋の自然を通して感謝する心を育てていきたいと思えます。



体調管理に気をつけて！

この時期は、朝夕と日中の気温差が大きく、風邪をひきやすくなります。肌寒さを感じるようになると、つい厚着をさせがちです。日中は体をいっぱい動かす時間帯です。半袖、半ズボンで過ごすことで、徐々に皮膚を丈夫にし、体温調節を高め、風邪などにかかりにくい体になります。上手に衣服の調節をしていきましょう。



10月行事予定

- 1日(火)…なかよし会 いもほり
- 2日(水)…防犯訓練
- 3日(木)…サッカー教室
- 7日(月)…避難訓練
- 8日(火)…英語教室
- 10日(木)…ぞうさんクラブ交通安全教室
- 14日(月・祝)…スポーツの日
- 15日(火)…発育測定(未満児)
- 16日(水)…体操教室、発育測定(以上児)
- 17日(木)…遠足
- 18日(金)…誕生会
- 22日(火)…うさぎ組保育参加
- 23日(水)…ばんだ組保育参加
- 24日(木)…きりん組保育参加
- 28日(月)…英語教室
- 29日(火)…積み木のワークショップ
- 30日(水)…人権教室
- 31日(木)…歯科健診(9:30)、内科健診(10:00)



10月10日

10月10日は目の愛護デーです。目を大切にしましょう。

- メディアの使用時間を決めておきましょう。
- 幼児期はスマホなどの電子画面の映像に触れるのはひかえるようにしましょう。

冬モードに向けてスムーズな切り替えを

寒くなってくると、体は気温の低下に反応して熱を獲得するように、また熱を喪失しないように働くようになります。以下のことに気をつけて、寒さに負けない体づくりをしましょう。

- ①**体で気温の変化を感じましょう。**
寒いからと、暖かいところにこもらない。
外で元気に遊びましょう。
- ②**ゆったりと湯船につかって体を温めましょう。**
心身共にリラックス
- ③**食事に旬の野菜を取り込んで。**
秋から冬にかけては、根菜類や緑黄色野菜など、体を温め、柔らかくおいしい野菜がたくさん出てきます。しっかり食べて、元気に遊ぶためのエネルギー源にしましょう。

見つめてあげれば 子どもは 頑張り屋になる

一人でもできたとき、自分で考えて答えが見つかったとき、子どもの顔は輝きます。
子育てとは、待つことです。子どもが失敗から学べるように、見守り、待ってあげてください。

「子どもが育つ魔法の言葉」(ドロシー・ロー・ノルド著)より