



園便り 霜月

平成29年11月1日
こころの保育園文京西片

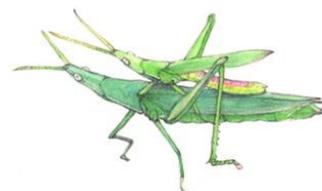
先日、5歳児たいよう組とお出かけプログラム「森のとびら」に行ってきました。「森のとびら」は、電車に乗って王子にある飛鳥山公園に行くプログラムで、例年3月までの間に7回程度実施しています。今回は6月以来4回目となる「森のとびら」で、木立の中を歩きながら木々の葉が色づいているのを見て、季節の移ろいを感じてきました。今回も、子どもたちはかくれんぼに鬼ごっこ、虫さがしを満喫していました。

保育園で一番小さい1歳児ひかり組の子ども達も、張り切って散歩に出かけていますが、1歳児さんから5歳児さんに共通するのは、子ども達が「探索活動」を楽しむ姿です。興味や好奇心が、子どもの“遊びたい”と思う気持ちにつながるのには容易に想像されるところです。探索活動での発見は、例えばドングリを見つけるところから始まり、形の違うドングリを見つけると探す範囲が広がり、落ち葉の下にもドングリを見つけると、隠れているドングリを探そうとします。大人にとっては何でもないことでも、子どもにとっては予想外の驚きや、思いがけない発見になります。5歳さんが飛鳥山公園で虫を探していた時も、初めは緑色のバッタだけだったのが、探すうちにトノサマバッタやオンブバッタが出てきて、あれよあれよという間に、種類が増えていきました。子どもたちは、一匹だけのバッタもおんぶしているバッタも見た目は変わらないので全部ショウリョウバッタと言っていました。実はショウリョウバッタとオンブバッタは似て異なるもので、種類が違うそうです。一口にバッタと言っても違いがあり、褐色のオンブバッタもいました。虫好きの子ども達にとっては興味が尽きないところです。

探索活動の楽しさは、その発見を友達と共有して人と関わる嬉しさにつながることです。発見だけではなく、大事に持っていたドングリを落として散乱した時に頼りになるのは、一緒に拾ってくれる友達です。逃げ足の速いバッタをつかまえられない時に頼りになるのは、やはり一緒につかまえてくれる友達です。友達の存在を心強く感じ、その経験の積み重ねが友達との絆になるのだと思います。

子ども達と過ごす中でたくさんの発見ができることに感謝しながら、日々の生活を大切にしていきたいと思います。

宮島 洋



11月の予定

- 11月 2日(木) 4・5歳児クラス芋堀遠足 お弁当の用意をお願いします
9:30出発 12:40帰着予定
当日午後に小学校の就学前健診に行く5歳児さんがいるため、
保育園に帰着後お弁当を食べます。
雨天時：しながわ水族館(時間等は変わりません)

- 11月10日(金) 身体重測定
11月15日(水) 避難訓練

12月の予定

- 12月 6日(水) 1歳児健診
12月 9日(土) 子ども会(発表会)
12月11日(月) 身体重測定(午前中)
12月20日(水) クリスマス会
12月26日(火) おもちつき
※12月29日(金)～1月3日(水) 年末年始の休園日



保育士体験について

保育士体験を随時受付けています。10月は9名の方が来てくださいました。

11月は現在2名の方が申し込まれています。

(園の予定もありますので、予め希望の日をお知らせ頂き、調整のうえ実施となります)。

今月の地域活動プログラム



11月14日(火)・15日(水)・21日(火) 午前中 「保育所体験」

保育園に通っていないお子さんに、保護者の方と一緒に乳児クラスに遊びに来てもらう内容です。

ほけんだより

先月は雨続きでなかなか戸外へ行けない日が続きました。乳児クラスはあおぞらルームへ行って身体を動かしたり、幼児クラスは運動会の続きのようにとび箱や鉄棒を出して過ごしたりしました。毎日雨が続く中、ある男の子が一言。「雨はね、洗ってくれてるんだよ」と。そう思うと気持ちも変わってきますね。(佐藤衣里)

最近、ビタミンD欠乏症という病気があるそうです。下記の項目に1つでも当てはまるものがあると可能性が...

- お肌の美しさを保つためにUV対策をしている
- 日中外で過ごす時間が少ない
- 魚やキノコをあまり食べない
- 食物アレルギーを気にしている
- 栄養が偏りがちな食生活をすることがある

ビタミンDの不足は、過度な紫外線対策や戸外遊びの減少にあるそうです。適度な日光浴も取り入れていくといいですね。

薄着の習慣は **秋** からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする

大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。



インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう!

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかり取る
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの睡眠も大切!



そろそろインフルエンザの予防接種をされるご家庭も増えてくると思います。予防接種を受けたあとは体調が変化することもありますので、おうちでゆっくりできるよう、ご協力をお願い致します。

また、毎月身体測定後にお返りする『けんこうのきろく』に、予防接種の記録も、その都度追加して頂きますよう、お願い致します。