





風が少し冷たくなり、秋の深まりが感じられるようになってきました。朝夕は冷えこむものの、日中は汗ばむような暖かな日差しの中、色づいた葉っぱや木の実探しを楽しんでいます。毎回色鮮やかなおみやげをたくさん見つけて、おうちの方がどんな反応をしてくれるか、ワクワクしながら袋に入れていきます。お子さんの大切な気持ちと一緒に受け取って下さいね。11月は寒暖差により体調を崩しやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、丈夫な体作りを心がけましょう。



11月の予定

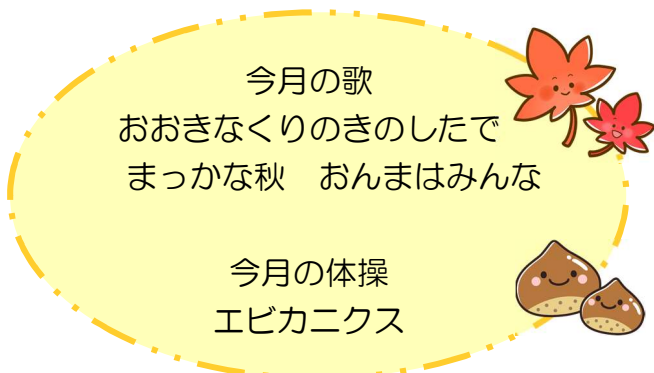
1日(月)	身体測定
5日(金)	誕生会
10日(水)	避難訓練
15日(月)	七五三



子どもの様子

10月14日に運動会ごっこを行いました。ぱんだ組の「はじめの言葉」で始まり、たくさんの競技を楽しみました。自分の番をドキドキしながら待ち、お名前を呼ばれると、前を向いて立ち、しっかりとお返事している姿にたくましさを感じました。障害物競走では、最初は難しかった平均台も練習を重ねるたびに上手になり、本番では堂々と取り組んでいる姿に感動しました。また一つ成長し、子ども達にとって自信に繋がったと思います。競技中には子ども達から「たのしいね!」という言葉が聞こえたり、「がんばれ!」とお友達を応援する姿、そして何より楽しそうに競技に参加している顔が印象的でした。最後に金メダルをもらって嬉しそうなお友達。ぱんだ組の「おわりの言葉」で締めくくり、笑顔溢れる運動会ごっことなりました。

29日のハロウィンでは、いつも違う装いに、お友達とのおしゃべりも弾んでいました。ゆいの花公園まで仮装してお散歩を楽しみました。



今月の歌

おおきなくりのきのしたで
まっかな秋 おんまはみんな

今月の体操

エビカニクス



11月生まれのおともだち

おたんじょうびおめでとう!



薄着で丈夫な体を作ろう!

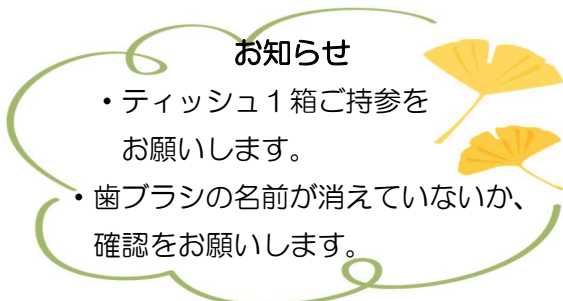
季節の変わり目は昼間は暑く、朝晩は冷え込むので、服装選びに悩みますよね。今回は衣類の調整のポイントをお伝えします。

大人より1枚少なめ ついつい厚着させたくなりますが、子どもの体温は大人よりも0.5~1℃ほど高め。子どもは寒い季節でも体を動かすと、汗をかきます。厚着をしているとたくさん汗をかき、体が冷えてしまいます。

重ね着をする 重ね着は衣類の調整がしやすいだけでなく、保温の効果もあります。

首回りを暖かくする 暖かさを保つコツは首回りから熱を逃がさないことです。

風邪に負けない体を作るためにも、
薄着で過ごすようにしましょう。



お知らせ

- ティッシュ1箱ご持参をお願いします。
- 歯ブラシの名前が消えていないか、確認をお願いします。