

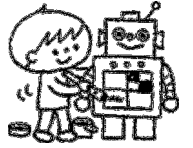
11月 令和元年11月1日

ちびっこの森通信 vol.30



☆☆今月のテーマ☆☆

- ・地域の行事や避難訓練を通して、火災への意識を高める
- ・秋の自然を感じ、生き物を探したり、触れたりして楽しむ



りすさん (0 ~ 2 歳児)



先月は運動会の大舞台を含め、芋掘りやハロウィンの行事を楽しみました。ハロウィンでは肝心の衣装づくりに取り組みました。当日、お気に入りのマント姿にバックも準備し、近隣を練り歩きました。もちろん”トリックオアトリート”の言葉もしっかり言い、お目当てのお菓子を次々とゲットしていきました。お芋掘りでは、2歳児が以上児に混ざって「うんとこしょ〜」に挑戦。一心不乱に芋を掘り出す姿はなかなかのものでした。他には、2歳児は身の回りのこと（朝の鞆の整理、食具の片付け等）を自分でするようにしています。そんな頼もしいお兄ちゃん&お姉ちゃんの動きをつぶさに観察している0・1歳児は、”真似っこ世代”で見よう見まねの動きに終始するようになってきました。これからも諸活動を通じ、こどもたちの成長や自信へと繋げていきたいと思ひます。



こあらさん (3 歳児)



先月は運動会、芋掘りとハロウィンと”行事満載”de大満足の様子でした。まず”芋掘り”では「うんとこしょ、どっこいしょ〜」と掛け声よろしく”芋づる方式”でお芋がゴロゴロと手応えたっぷり、とても貴重な体験をすることができました。月末のハロウィンでは、朝からワクワク感たっぷりのこどもたち。行く先々で随分と練習してきた合言葉の”トリックオアトリート”もきっちり決め、お目当てのお菓子を次から次にゲットし、余りの多さに準備したバックに収まり切らない、という事態に嬉しい悲鳴を上げていました。行事食の給食は見た目も味も最高とあって食も進み、文句のつけようのない一か月となったようです。ところで最近、仲間意識も強くなると同時にコミュニケーションも密になり、遊びが様々な展開をしているのが印象的です。今までのような並行遊びから卒業し、お互いを意識し合うなか協調遊びとなり関係性を築いていっているようで、とても心強く感じています。



ぞうさん (4 & 5 歳児)



心地よい気候の下、木々の色づきも始まり、みんなは散歩等の戸外遊びを満喫しつつあります。先月は運動会、芋掘りそれにハロウィン、と目白押しスケジュールでした。運動会は、遅く成長した姿を感じていただけたのではないのでしょうか。次の芋掘りでは、久々に”農園のおじいちゃん”に再会し、大きな後押しの下、大小よりどりみどりのお芋に大満足。それだけに止まらず、農園では”こおろぎ””だんごむし”に”（何かの）幼虫”の発見もあり、大興奮でした。普段、なかなか土いじりが出来ない自然の中、大変貴重なひとときとなりました。最後に、”魔女”や”魔法使い”の衣装に身を包み、なり切った姿で近隣の方々と触れ合ったハロウィーン。こどもたちは、必要不可欠な決め台詞・”トリックオアトリート”に対し、快く”ハッピーハロウィン!”と応じて頂き、お菓子をゲット。このような地域との触れ合う機会海外の風習に少しだけ触れる、貴重な体験ができたのではないかと思います。最近、外遊びで拾ってきた落ち葉やどんぐりなどの自然の素材を活用したスタンプでカレンダー作りに取り組んでいます。出来上がりをご期待下さい!!

給食だより



～行事予定～

- ・遠足 …12日
- ・体操教室 …13日
- ・リミック教室…18日
- ・身体測定 …18日
- ・書道教室 …7日、14日、21日、28日
- ・避難訓練 …22日
- ・誕生会 …25日
- ・英会話教室…27日
- ・交通安全教室…25日

～b 今月の唄～

- ★きのこ
- ★こぎつね
- ★やまのおんがくか

～秋の遠足のお知らせ

- ・日時：11月12日（火）
9:30～12:00頃
 - ・場所：古市第3公園
- なお、詳細は別紙でご案内しておりますのでよろしくお願ひします。

今月8日は「いい歯の日」です。そんな日を迎えるにあたり、改めて”よく噛んで食べる”の意義を確認してみることによしまししょう。「噛む」ことでいいことは(1)肥満予防(よく噛み、ゆっくり食べるので適量で満腹感が得れる)、(2)虫歯予防(噛むことで、唾液が分泌され、虫歯菌を抑制します)、(3)消化・吸収がよくなる(食べ物が細かく砕かれ、唾液と合わさって消化器官で消化・吸収がよくなる)及び(4)脳を活発にし、記憶力アップ(しっかり噛むと、顔の近くの顔の血管や神経が刺激され、脳の働きが活発になる)といいこと尽くめ。しかし、こどもたちが好きな料理ベスト3はカレーライス、ラーメンにハンバーグ。いずれもあまり噛まなくてもいい、早食いになりやすい食べものが上位を占めていて、こどもたちの噛み噛み習慣は難しそうな状況です。そこで、カレーの具材は大き目にする、野菜トッピングのラーメン、歯ごたえのあるごぼうやレンコン入りのハンバーグにしたり、付け合わせに野菜スティックを加えるなどの工夫をしてみましょう。あと、園ではこどもたちの咀嚼を推進する食べものとして、昔ながらの”いりご”を取り入れるようにしています。こちらは噛むこともそうですが、カルシウムが豊富で歯(骨)を丈夫する役目もあります。また、いりごのように脳も内臓も骨も丸ごとみな食べてしまうことのできるものは、”以脳補脳”という考えがあるように健脳食として最高の食品と言えます。良いものを毎日少量ずつ続けて食べていき、脳の働きをよし、骨のがっちりとした逞しい心身を育てていけるように食習慣を考えてみる日にしてみてはいかががでしょうか？

