11月

園だより

東松戸ニコニコ保育園
R5. 11. 1

落ち葉にどんぐり、お散歩に出かけるのが楽しい季節になってきました。秋が深まり、朝晩は冷え込む日も増えましたね。子ども達は、寒い季節も外でたくさん体を動かし汗をかきます。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。今月は、七五三があります。子どもたちのすこやかな成長と健康を願い、お祝いできたらと思います。

11月の予定

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

11月生まれのお友達

おたんじょうびおめでとう！

今月のうた♪ 「おおきなくりのきのしたで」
「きのこ」「もみじ」

今月の体操！ 「バナナくんたいそう」

子どもの様子

運動会ごっこでは、練習の時から楽しい雰囲気で、初めて参加の子どもたちもお友達が競技する姿を見て、早く自分もやりたい！と目を輝かせていました。当日はご用意していただいた服装で運動会らしい雰囲気が出て子どもたちの気分も盛り上がった中、ぱんだ組さんのはじまりの言葉でスタート！自分の番が来るとさっとスタートの位置に立って、名前を呼ばれると立派に手を挙げて返事をする姿がとてもかっこ良く、成長を感じました。小さいお友達が頑張っている時はみんなで「がんばれー！」と声援を送ったり、ゴールしたときの満足そうな笑顔が見られたりと、それぞれ一生懸命に、でもとても楽しそうに参加してくれて、その様子は写真からも伝わったかなと思います。

31日のハロウィンの日は、とっても可愛い仮装でゆいの花公園までパレードし、すれ違う人や公園にいた人にも『かわいい～！』と言ってもらえてご機嫌でした。練習していた「トリックオアトリート！」も上手に言えて、嬉しそうにお菓子をもらっていた子どもたちでした。

子どもの睡眠

2～3歳ころになると眠りのリズムが安定してきます。朝はゆとりをもって過ごせるようにし、夜は部屋を暗く静かにして眠りやすい雰囲気作りをしてあげましょう。大人も一緒に寝る姿を見せ、子どもが寝た後に起き出してゆっくり過ごすのもいいですね。

大人のペースに巻き込んでの夜更かしは不機嫌や、体調を崩す原因になりやすいので避けましょう。1～3歳児の理想的な睡眠時間は11～14時間だそうです。体内時計を整え、夜眠くなるようにしてあげることが大切ですね。

お知らせ

水筒の持参は11/2までとします。
ご協力ありがとうございました。