



おひさま通信

10月

今月の予定

1	木	写真販売
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	乳児身体測定
6	火	幼児身体測定
7	水	運動会ごっこ (4歳)
8	木	運動会ごっこ (4歳予備日) 絵本貸し出し
9	金	
10	土	
11	日	
12	月	
13	火	
14	水	運動会ごっこ (5歳)
15	木	運動会ごっこ (5歳予備日) 絵本貸し出し
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	いも掘り遠足 (5歳)
21	水	
22	木	絵本貸し出し
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	いも掘り遠足 (4歳)
28	水	運動会ごっこ (3歳)
29	木	運動会ごっこ (3歳予備日) 絵本貸し出し
30	金	子ども秋まつり
31	土	

耳をすますと、コロコロ、リンリンと虫の声が聞こえる季節になっています。この時期は、夏の疲れや、朝晩の寒暖の差などで体調を崩す時期です。コロナウイルスも含め、生活リズムを整え元気に過ごしていきましょう。


当園では、子ども一人ひとりの大切な日“誕生日”、その日にお祝いしています。遠野の人を育てる唄（安部や工著）の中に『「遠野では子どもが生まれると5人の馬鹿が生まれる」という、いいつたえがあります』と書かれています。新しい命へ感謝し、愛おしく大切にはぐくみたいという事だと思えます。今私たちがいることも奇跡、つながって受け継がれた命の大切さを子どもたちに伝えることができたらと思って保育をしています。



作・絵
浜田桂子

誕生日って何の日

作詞 二本松はじめ

誕生日って何の日感謝する日
君が生まれてきたこと感謝する日
宇宙が生まれて 地球が生まれて
命が生まれて
おじいちゃんおばあちゃん…
命がつながって
君が生まれてきたんだね
ありがとう 本当に本当に
ありがとう 感謝する日 

9月15日から門に『敬老月間』の掲示をしていました。

5歳児が、自分の顔の絵をかき、おじいちゃん・おばあちゃん・地域の方に向けて、「みんな元気で、（コロナ禍に負けないで）ありがとう」と気持ちを込めて発信しています。



今年は、行事の取り組みや発表にに変更があります。今できることを精一杯取り組んでいこうと思っています。詳しくはクラス掲示・手紙をご覧ください。

ひよこ組



昼間の暑さと急に涼しくなった朝晩で体調を崩してしまうことの多かったひよこ組の子どもたち。それでもお休み明けに元気に登園してくると、ニコニコ笑顔でクラスに入ってくれ、保育園が安心して遊べる場所になっている様子が伝わってきます。

午前睡眠が短くなり、午前中の活動も増えてきた9月。

外ではジャングルジムに果敢に登ろうとしたり、鉄棒にぶら下がったり、滑り台を自分で滑ったり、コンビカーを押してたくさん歩いたり!! お部屋の中ではボールプールに飛び込んだり、水座布団に寝転がったりと、体をよく動かすようになっています。

10月外に出るにはいい季節。元気いっぱい体を動かして遊んでいきたいと思います



うさぎ組



まだまだ日差しは厳しい日がありますが、吹いてくる風は心地よく、時折虫の音も聴こえてきています。クラスでも、味覚!!収穫!!の秋をと思い絵本「くだものさん」「やさいさん」をみたりして隠れている食べ物を「りんご!!」「おいもさん!!」と言い当てたり、登場する本物のイガグリに触れ「いたい、いたい」と言いながらも手を伸ばし興味津々で見っていましたよ。

また、園庭に出ることが増え、築山登りにチャレンジ!!足や手に力を入れて登っていく姿に逞しさを感じます。また、公園にも出かけて秋を感じる事ができたらと思っています。食事も乳児食に移行し、しっかり咀嚼が出来るようになってきています。



ぺんぎん組

段々と涼しくなり、園庭で遊べる時間が長くなってきました。虫の音が聴こえると「なんかきこえるー」と保育士に伝えてくれます。虫探しでは、バッタを捕まえて、「みてー!バッタさんつかまえた!」と嬉しそうに見せに来てくれます。室内遊びでは『ビリボー』を使っての遊びでは、最初は座る事も難しそうだったのですが、段々と自分でバランスを取り床を蹴って回ったり、ひっくり返して上に乗ったりして楽しんでいます。

シャワーの時には自分で着替えを持ってきて、お風呂屋さんごっこをしながらシャワーをしています。今月から上靴を履いて過ごしていきます。上靴を履いての生活…部屋での使い方、排泄の仕方などを丁寧に伝えていきたいと思います。



ビリボー

どう組

10月のプロジェクトのテーマは“体”です。
手遊び「あたま・かた・ひざ・ボン」をサークルタイムで行い、
「ひざってどこ〜？」と体の部位を声に出したり、自分の体に触れて覚えようとする姿が見られました。また、遊びの中では絵の具で顔を描くコーナーをつくり、
「顔の横には耳があるね！」「私まつ毛も描きたい！」など、顔のパーツは何があるか考えたり、確認しながら絵の具を楽しんでいました。
来月は運動会ごっこがあります！子どもたちと楽しんでご参加ください。



きりん組

今月のテーマは体。きりん組は部屋に十三温泉を作り、日々お風呂ごっこを通して体の部位を知ったり、清潔に洗う方法を遊びの中で学んでいます。毎日、「お風呂やさん行ってくる」「背中洗ったる」「シャンプーしよう」「いい湯やった」の音が色々と聞こえてきます。
そして、運動会ごっこでは初めてのパラバルーンに挑戦しみんなで“心をひとつに”を目標に頑張っています。心も体も少しずつ大きくなっている子どもたちの姿をお楽しみに。



らいおん組

今月は“からだ”をテーマに、部屋では人型人形や美容師ごっこを遊びながら運動会ごっこに向けて取り組んでいます。人形で色々な動きを試していた子どもたち。服がないことに気が付くと、「これでふくにしてい？」とフェルトを巻いて服を作っていました。

運動会ごっこでは8月から取り組んでいた鉄棒にくわえて、園庭ではのぼり棒と戸板のぼりに挑戦。挑戦することを怖がっていた子も、友達や保育士の励ましに応えるように1歩ずつ前に踏み出しています。「せんせい、みててな！」「ここまでできるようになった！」と自分の成果を披露してくれます。本番当日、子どもたちの成果を楽しみにして下さい。



ワン、ツー、元気！！

今回は足のお話し

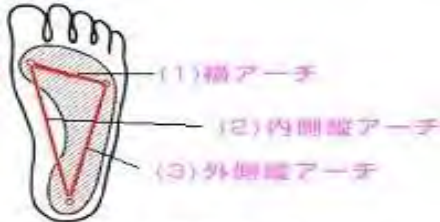


現代の子供たちは、外反母趾、浮き指、扁平足といった現象が見られる子が、なんと9割もいるそうです。これは、「環境の変化によって歩行の機会が減ったことに加え、「サイズが合わない靴を履いている」といったことが原因で起こります。トラブルを放っておくと、足だけにとどまらず、子どもの体全体に悪影響を及ぼしてしまいます。

足裏のアーチって何??

足には3つのアーチがあります。アーチとは骨が弓形に並んで形作られたもの。

アーチの主な働き



3つのアーチ

全身の体重を支える
衝撃を吸収する
歩行を推進する

この3本のアーチが程よい弓状をしていることが大切です！程よいアーチを形成している事で...

1. クッション機能 → 衝撃を吸収し疲れを予防します。
2. ポンプ機能 → 血行を促進し、むくみ、冷えを予防します。

足裏のアーチが崩れると、転びやすかったり、足・脚が疲れやすかったり、痛みやむくみが出るようになるのです。また正しく立てない、踏ん張れない子は集中力が切れてしまうので、学力にも影響が出てくるかもしれないと言われています。

子どもの足は6歳までに8割が完成すると言われており、それまではまだ骨が柔らかく成長途中です。

3歳までは1年で2cm。3歳以降は1年で約1cm足が伸びると言われています。春夏の成長期では、2週間で7mm伸びた子もいるそうです。

この機会に、お子さんの足のサイズをチェックしてみてください。そして3か月に1回くらい、ぜひ靴のサイズの確認をしてみるといいかなあとと思います。

足のサイズチェックに... アシックスや瞬足など靴メーカーが子供のための足のスケールをホームページに載せているので、ぜひ参考にしてみてください
靴屋さんや赤ちゃん用品売り場などでも測ってもらえますよ！

正しく靴を選ぶ、6つのチェックポイント

つま先に7mm~10mm程度余裕があるのがいい状態。靴のかかとと足のかかとをしっかりと合わせ、靴の中で足が動かないように、マジックテープなどで調節してください。

