



# わくわくだより

## うさぎぐみ・ひよこぐみ

令和1年10月13日  
奈良市立富雄南こども園  
岡田 美佳

過ごしやすい秋の風が吹くようになり、園庭や公園で飛びかうトンボを見かけるようになりました。また散歩をしていると、ドングリやマツボックリなどの木の実を目にすることも増えてきました。天気のいい日には親子で戸外に出かけて、秋の自然物を探してみたいと思います。

空気が乾燥してくるとインフルエンザも流行ってきます。外から戻ったら手洗いやうがいを丁寧に、病気にならないよう予防していきましょう。



### <今月の遊び>

- 好きな遊び…ままごと、粘土、積み木、輪投げ、縄遊び、的当て、ドングリ転がしなど
- 製作活動…カレンダー、マラカス、クッキー、壁飾り、箱製作など
- 絵本や紙芝居、パネルシアターなどを見ましよう。
- ボール遊びをしたり、手遊びや体操をしたりましよう。
- 音楽に合わせて、楽器を鳴らしたり、歌ったりましよう。



# 11月の予定

園行事の都合で変更になる場合があります。  
変更する場合はホームページでもお知らせ  
していますので、確認の上、登園してください。

| うさぎ組(3歳児)<br>(週2回 月曜・木曜)           |   | 12日   | 16日   | 19日   |        |
|------------------------------------|---|-------|-------|-------|--------|
|                                    |   | 26日   | 30日   | 12/3  |        |
| ひよこ組(2歳児)<br>(週1回 火曜か金曜のどちらか)      | 火 | ① 10日 | ② 17日 | ③ 24日 | ① 12/1 |
|                                    | 金 | ① 13日 | ② 20日 | ③ 27日 | ① 12/4 |
| ひよこ組(1歳児)<br>(月2回 第1・第3水曜か木曜のどちらか) | 水 | 18日   | 12/2  | 12/16 |        |
|                                    | 木 | 19日   | 12/3  | 12/17 |        |
| ひよこ組(0歳児)<br>(月2回 第2・第4水曜)         |   | 11日   | 25日   | 12/9  |        |





## 運動会について

今年度のこども園の運動会は、コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となりました。例年ふれあい会のお友達も「かけっこ」の競技で参加していましたが、今年はありません。気候の良い時期に戸外で体を動かして遊ぶことの楽しさが感じられるよう、またふれあい会の活動の中で取り入れていきたいと思えます。



## よく噛んで食べましょう

右左右左と、順番によく噛んで食べるとは体にいいことがたくさんあります。あごの発育や虫歯予防、肥満予防にもつながります。ゆっくり食べて満腹感を味わうことができたり、ホルモン分泌も高まって食欲を抑えられたりします。食事やおやつに歯ごたえのあるものを取り入れたりして、無理なく噛む回数が増える工夫をしてみたいかがでしょう。この機会に毎食しっかり噛んで食べる習慣をつけましょう。



気温が下がり空気が乾燥してくるようになると、インフルエンザや風邪などに感染する子どもが増えてきます。今年にはコロナウイルスへの感染もあるので、手洗いやうがい、手指の消毒を丁寧に行い、規則正しい生活をおくるようにしましょう。また外出時にはマスクを着用し予防にも努めましょう。しっかり食べて十分に眠って体力をつけ、病気に感染しないようにしましょう。



## ☆こども園ニュース☆

○ 今年には運動会が中止となりましたが、10月に運動遊び参観を行うことになりました。3歳児は準備体操、かけっこ、リズムを、4歳児は準備体操、かけっこ、玉入れ、リズムを、5歳児はサーキット競争、リズム、リレーをします。9月の中頃から普段の遊びの中でかけっこやリレーをしたり、S棒やウェブバランスを使ってサーキット遊びをしたり、音楽に合わせて体操をしたり踊ったりして遊んでいました。今年にはクラスごとの参観になりますが、一人一人が体を動かして楽しく遊んでいる姿や精一杯頑張っている姿をお家の方に見ていただけたらと思います。