



# わくわくだより

## うさぎぐみ・ひよこぐみ

令和6年9月25日  
奈良市立富雄南こども園  
岡田美佳

今年は夏が終わらないのではないかと思うような厳しい残暑が続いていましたが、ようやく朝夕には秋を感じられるようになってきました。さわやかなこの季節、天気の良い日には戸外に出て思い切り体を動かして遊びましょう。食欲の秋、スポーツの秋、収穫の秋といわれる実り多いこの時期を、親子で楽しく過ごしてくださいね。



### <今月の遊び>

- 好きな遊び…ままごと、ブロック、ミニカー、ゴムとび、砂遊び、玉入れ、輪投げなど
- 製作活動…カレンダー、おぼけやどんぐり、カボチャ、バックなど
- 絵本や紙芝居、パネルシアターを見ましょう。
- 音楽に合わせて踊ったり、体操をしたりしましょう。また、中庭で秋見つけもしましょう。



# 10月の予定

園行事などの都合により、休みや中止になることがあります。登園される前には必ず園のホームページをご覧ください。中止などの内容があがっていないか確認してください。

うさぎぐみ(3歳児) (週2回 木曜と火曜か金曜のどちらか)		3日	4日	24日	
		25日	11/8		
ひよこ組(2歳児) (週1回 火曜か金曜のどちらか)	火	① 1日	② 22日	③ 29日	①11/5
	金	① 4日	② 25日	③ 11/1	① 11/8
ひよこぐみ(1歳児) (月2回 第1・第3水曜)		2日	30日	11/20	
ひよこぐみ(0歳児) (月2回 第2・第4水曜)		9日	23日	11/13	





## 土踏まずをつくる

偏平足や足指の変形など、足のトラブルを抱える子どもたちが増えています。姿勢や骨格のゆがみを防ぎ、平衡感覚などを養うためにも、5～6歳ごろまでにはほとんど形成されるといふ土踏まずの成長を促しましょう。そのためにも、足に合った靴選びや、戸外で体を動かして足を鍛える運動などをしましょう。気候のよいこの季節は戸外に出る

にはちょうど良い時です。  
親子で楽しく遊んでみて  
はいかががでしょう。



## サツマイモの栄養

薩摩（鹿児島県）から全国に広がったので「サツマイモ」とよばれるようになりました。食物繊維が豊富で、カリウム、ビタミンC、B群、Eなども含まれています。風邪予防はもちろん、体の疲れを取り老化現象を抑えてくれます。サツマイモは甘みが強く子ども達も大好きな食材です。サツマイモを使ったおやつや夕食の一品を、親子で一緒につくって旬のものを味わうのもいいですね。こども園のわくわく畑にもサツマイモの苗が植えられています。前を通ったら育っている様子を見ていただけたらと思います。

お子さんの成長に合わせてスプーンの持ち方も変えていきましょう。

### 成長とともに！ スプーンの持ち方



### ☆こども園ニュース☆

9月19日に全園児で堺市立ビッグバンに遠足に行ってきました。当日は真夏を思わせる厳しい暑さでしたが、みんな楽しみにしていた遠足なので期待に胸躍らせバスに乗って行きました。3歳児は初めてのバスに少し緊張した面持ちでしたが、慣れてくると嬉しそうに車窓を眺めながら乗っていました。ビッグバンでは幼児コーナーで滑り台をすべったり、木のおもちゃで友達や先生と楽しそうに遊んでいました。4歳児は大きなワニの模型の中をくぐり抜けて遊んだり、巨大なワニの化石がある洞窟の中を友達と楽しそうに歩いて回っていました。5歳児は昔の街並みを見て回ったり、自分のかいた絵をコンピューターに読み込ませて操作する遊びなどに挑戦していました。お昼にはみんなでお弁当を食べました。お家の方が作ってくれたお弁当をみんな美味しそうに食べていました。普段、園では経験できない充実した時間を過ごすことができた遠足でした。

