



# ももやまだより

## 11月号 NO.103

10月の災害時引き渡し訓練では、保護者の方に加わっていただいたことで、一層防災の意識を高め、備えの見直しを行うことができました。また、運動会では、日頃から楽しんでいる運動遊びを通して、子どもの育ちの様子をご家庭と共有できたことをうれしく思っています。お忙しいなかご協力・ご参加いただき、どうもありがとうございました。 園長

### あかぐみ

運動会ごっこでは、ハイハイしたり歩いたりと体をしっかりと動かして滑り台や凸凹マットで遊びました。出来る事が増えるこの時期、出来た喜びを共感し、一人ひとりの気持ちに寄り添いながら過ごすようにしています☆涼しくなってきたので、園庭や散歩を楽しんでいます♪みんな立ち乗りバギーに乗れるようになり、秋の自然に触れながら心地よさそうです。今月も子どもたちと色々な発見をしながら戸外遊びを楽しんでいきたいと思っています。



### ももぐみ

初めての運動会では、緊張しながらもかけっこや親子競技など最後まで頑張ったももぐみさん。運動会を終えてからも「よーいどん！」と言いながら走ったり「運動会したな〜！」と余韻を感じたりしながら頑張ったことが子どもたちの自信につながっているようです。外が涼しくなり、散歩が一段と楽しい季節になりました。最近のももぐみさんは体を動かすことが大好き！歩ける距離が増えたぶん、驚きや発見がいっぱいです！たくさんの自然に触れながら元気いっぱい体を動かし、健康に過ごせるようにしたいと思います。



### きぐみ

運動会では、昨年度よりも成長したきぐみさんらしい立派な姿を見てもらえて嬉しく思います。運動会が終わり、夏にクッキングをしたピザごっこからみんなの大好きを集めたお店屋さんごっこの準備をしてきました♪お店屋さんごっこでは、ももぐみさんやあかぐみさん・園長先生や給食先生もお客さんとして来てくれ、大きな声で「いらっしやいませ〜」とお客さんと呼びこんだり、お店屋さんとして一生懸命に接客する姿がとても可愛らしかったです。少しずつお店屋さんを変えながらまだまだ楽しんでいきたいと思っています。



- 5日(火) シェイクアウト
- 6日(水) 誕生会
- 8日(金) 内科健診

※内科健診は欠席されますと後日各自で病院受診して頂くこととなります。

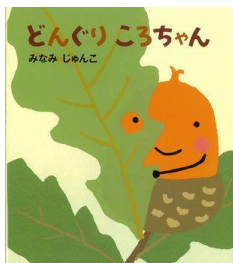
22日(金) 発表会予行練習(1回目) ※9時までに登所



### 今月の おすすめ絵本



### 「どんぐりころちゃん」



♪どんぐりころちゃん あたまはとんがっておしりはぺっちゃんこ  
どんぐりはちくりしょ〜♪保育所で人気のわらべ歌がとってもカワイイ  
絵本になって登場です。どんぐりの木に実ったどんぐりころちゃん。  
地面に落ちたころちゃんの前には、まあるい形や、小さい形のどんぐり  
達が！みんなで一緒にどんぐりころちゃんの大合唱。  
「ぽーん！」と ジャンプした先はふわふわの葉っぱのおふとん。  
絵本を閉じると、あたたかな気持ちになってぐっすりおやすみ  
タイムに入れそうな人気の絵本です。



# ほけんだより

朝晩と、日中との寒暖差が大きくなってきて、子どもたちも体調を崩しやすくなっています。気温が下がるにつれて空気が乾燥し、冬に多い感染症が流行しやすい季節になりました。手洗いうがいの習慣や、衣服の調整などをして風邪の予防を心がけましょう。また、いい体を作るための健康チェック月間として、普段のケアを見直してみませんか？ ちなみに、11月29日は「いい肉の日」。お肉も野菜もおいしく食べて、元気な体をつくりましょう！

## 体に関する記念日

11月8日

### 1 1 8 いい歯を守ろう



上の前歯の  
後ろを  
みがくよ〜

### 仕上げみがき、していますか？

まずは子どもが自分でみがくのを見守り、最後は仕上げに大人がみがいてあげましょう。

奥歯のすきまや歯の裏側など、自分ではみがきづらい部分までしっかり汚れを落とし、元気な歯を守ります。



### 痛くしないコツ

上の前歯の中央と上唇をつなぐひだ(上唇小帯)に歯ブラシが当たると痛みます。指で押さえましょう。

### 口を引っぱらない

奥を見ようと口の端を引っぱるのではなく、指でほおを内側から押しましょう。奥歯の側面が見やすくなります。



11月12日

### 1 1 1 2 いい皮膚を守ろう

### 保湿ケア、していますか？



気温が下がると湿度が低くなるため、肌がかさかさしやすくなります。お風呂上がり、登園前にしっかり保湿して、肌のかさつきやトラブルを防ぎましょう。

### 1 1 いい子を守ろう

### 毎日ギュッとしていますか？



子どもはいつでも「いい子の日」！毎日1回ギュッととして、心の元気をチャージしましょう。

社会福祉法人 浩福会 桃山保育所  
〒763-0091 丸亀市川西町北 998-1  
電話:0877-35-7068  
FAX:0877-35-7066



# 給食だより

肌寒い日が増えてきて、秋が一気に過ぎようとしています。これからの季節は冬野菜の美味しい季節へと移ろいでいくと同時に、温かいものが食べたくなったりしますね。子どもたちが体調を崩さぬよう、給食でも少しずつ体の温まるメニューを取り入れていこうと思います。

## お米を食べよう



新米がでまわりはじめています。日々の栄養をお米から得ていくことはとても大切です。お米を食べると満腹感と満足感が持続しやすくなったり、お通じがよくなったり、太りにくい身体を作ることができたりと、いいことがいっぱいあります。



### 塩昆布とチーズのおにぎり

〈材料〉お米 1 合分

- ・米 1 合
- ・塩昆布 10g (食べやすい大きさに刻む)
- ・プロセスチーズ 75g (1cm角に切る)
- ・いりごま 5g (好きだけ)

〈作り方〉

炊けたお米に全ての食材を混ぜて握る。



尚、献立内容、おやつについては食材の入荷状況により変更する場合があります。



# あんぜんだより

桃山保育所では園に不審者が来た場合や、戸外で不審者に遭遇した場合などを想定した不審者訓練を年に一度実施しています。近年では、丸亀市でも連日のように不審者情報が出ています。目を離さないことが一番ですが、外出時等ふとした瞬間に巻き込まれない為にも、お家でもお話してみてください。

## いかのおすし



## いかない



## のらない



## おおごえでさけぶ



## すぐにげる



## しらせる

