

# 11月の園だより

～ほっとにこっとあふれる元氣～ 練馬二葉保育園 平成28年

朝夕めっきり冷え込む様になりました。子ども達が楽しみにしていた運動会も終わり、ホッとひと息というか祭りの後の淋しさも少し感じている様にも見える子ども達です。

気温の変化に十分注意し、室内に閉じこもる事なく、戶外遊びを十分にさせていきたいと思います。秋の自然に触れながら、木の実や木の葉を拾って遊んだり、制作をしたり、童話を聞いたり、絵本を読んだり、簡単な劇遊びに発展させみるのも良いかもしれません。

又、薄着の習慣をつけるのにも良い季節ですね。寒さに負けない丈夫な身体を作りましょう!!

11月は文化の日や七五三のお祝いの日、勤労感謝の日もあり、ご家庭でも親子での話し合の時間を持って、ご両親、周りの方への感謝の心、自然に「ありがとう」といえる様になれば良いですね。

園長 高橋 八映

## 行事予定

- 6日(日) 子どもフェスタ
- 7日、8日(月、火) 身体測定
- 9日、16日(水) 図書館訪問<すくら>
- 11日(金) バイキン給食<ゆり>
- 12日(土) ひろば
- 14日(月) スイートポイント作り<ぼら>
- 22日(木) おにぎりパーティー
- 25日(金) 避難訓練(火災)

体操指導 2日、9日、16日、30日(水)

リトミック 10日、24日(木) <ぼら、ゆり、すくら>  
17日(木) <ゆり、すくら>

絵画指導<ゆり、すくら> 18日(金)

舞指導<ぼら、ゆり、すくら> 4日、25日(金)

母乳見検診、秋の定期検診 2日、16日(水)



## ほけんだより

朝晩の気温が下がってきて秋が深まってきました。秋の爽りをたくさん頂き、しっかり外遊びをして身体を鍛え、寒い冬に負けない身体作りをしましょう。

### ◎ 風邪の予防

かぜの症状はさまざまです。発熱、のどの痛み、咳、鼻水などの症状が重なったときに「かぜ」と診断されます。今回は「かぜ」について考えてみましょう。

**風邪を引くしくみ～なぜかぜを引くのかな？～**

鼻と口はのどにつながっています。そして肺まで続いています。

「バイキン」は口から身体の中に入ります。身体の中で悪さをすると熱が出たり、咳が出たり、鼻水が出たりして「病気になる」ようになります。

寒から風邪を引くわけではありません。「バイキン」が身体の中に入り、身体がバイキンに負けてしまったから病気になるのです。

**かぜに負けない体づくり**

- ・寒くても外で元氣に遊びましょう  
→薄着で「寒」「暑」を感じる。皮膚が強くなります。
- ・睡眠をたくさんとりましょう  
→寝ている間に成長ホルモンが出て、身体を元氣にしてくれます。
- ・バランス良く食べましょう  
→好き嫌いしないで何でも食べましょう。かぜに負けない丈夫な身体が作れます。

手はいろいろなところに触ります。たくさんバイキンが付き回ります。バイキンを口から身体の中に入らないように、しっかり手洗いをしましょう。

**手洗いの大切さ**

咳やくしゃみは、のどの奥についてバイキンを外に追い出す為に出ます。

コンコンで2m  
ハクションでは5mも飛びます。

お互いバイキンを飛ばさないために、咳が出る時はマスクをしましょう。

◎ **予防接種は計画的に**

インフルエンザの予防接種の時期になりました。かかりつけ医で相談しましょう。

すくら組たん  
MR II期はお済みですか？  
学校に入る前までに受けるようにしましょう。

◎ **感染症情報 (10月26日現在)**

溶連菌感染症 3名

看護師 中川 美津子

# ♪ 今日のうた ~

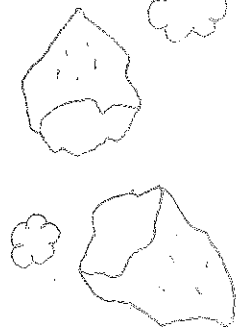
## < たきび >

1. かまねの かまねの まがりかど たきびだ たきびだ  
 おちばたき 「あたらうか」 「あたらうよ」  
 またかせ びいぶう ぶいている
2. さざんか さざんか すいたみち たきびだ たきびだ  
 おちばたき 「あたらうか」 「あたらうよ」  
 しもやけ おててが もうかゆい
3. こがらし こがらし すむいみち たきびだ たきびだ  
 おちばたき 「あたらうか」 「あたらうよ」  
 そうだん しじがら あるいてく



## < やきいも ガーチーパー >

やきいも やきいも おなかが グー  
 ほかほか ほかほか あちちの ちー  
 ぽたぽた ぱくぱく ぽんぽん パー  
 それ やきいも まとめて ガーチーパー



園で歌っているうたです。お家でも歌ってみてくださいね♪

## 赤い羽根共同募金への協力ありがとうございました

練馬二葉保育園では昨年に引き続き 8,289円の募金があり  
 ました事を報告致します。社会福祉法人東京都共同募金会へ  
 送金を済ませております。