



# なかやま11月号

中山保育園  
令和2年11月

赤や黄色に色づいた木々が美しく、色とりどりの落ち葉拾いやドングリ拾いなど、秋の自然に触れる楽しさを感じられる季節になりました。朝晩の冷え込みはあるものの、日中は日差しをうけて暖かい日も多く、自然に触れたり体をたくさん動かしたりと元気に遊んでいる子ども達です。コロナウイルスに加え、これからはインフルエンザ、ノロウイルスなど感染性の病気がいろいろと見られる時期でもあるので、手洗いうがいをしっかり行い、着こみ過ぎないようにし、外と室内の温度差や換気、加湿にも配慮していきます。



## 11月・12月の行事



### <11月>

- 5日(木) 焼いも会
- 6日(金) わらべうた組  
(うさぎ組・きりん組)
- 10日(火) 総合防災訓練
- 13日(金) 七五三もちつき会

### <12月>

- 22日(火) 未満児発表
- 23日(水) 以上児発表&クリスマス会
- 29日(火)~1月3日(日) 年末年始休園

## お弁当作り



10月16日(金)きりん組でお弁当作りをしました。以前のようにクッキングができない今、何かできるものはないか…給食室で作ってもらったものを詰めるのはどうか…ラップおにぎりはどうか…と考えた担任。園長先生と栄養士からOKをもらい、おにぎりとおかずを詰めるお弁当作りをしました。一人ひとりの割りばしで選んだおかずを入れ、握ったおにぎりを入れ、そしてハンカチに包み、リュックに入れ「行ってきま〜す」と園庭へ。外で食べるお弁当は一段と美味しく、おかわりもしていました！食べながら「あぁ〜バスに乗るのかと思った〜」とつぶやきながら食べる姿も…。確かに「行ってきま〜す」と玄関を出る笑顔はまるで遠足にでも出かける勢いでした。ブルーシートでお弁当…遠足の雰囲気を楽しみました。

## そして遠足



今年は以上児の親子遠足が中止となり、せめて年長だけでも…と10月29日(木)職員と年長でマイクロバスでうみの杜水族館と冒険広場に行ってきました。大型バスは無理ですが、マイクロバスは保育園駐車場で乗り降りができ、水筒と100円分のおやつをリュックに入れ、みんなに見送られ出発できました。見送る方はバスが行った後悲しくなった子もいたようです。でも悲しみの**年中さんにもお楽しみ**ということで、4日(水)おやつ**の買いもの散歩**を予定しています(雨天の場合は延期)。生協まで100円分のおやつを買いにいき、滝道公園で食べて遊んでの散歩です。何を選ぶか楽しみですね。

## 寒い時期に入りますが、急に着込みすぎないように薄着の習慣をつけましょう！

### ☆薄着はどうしていいの？☆

暑い日には、人間は汗をかくことによって体温を下げ、寒さに対しては自律神経が反応して血管が収縮し熱の放散を防ぎます。このようにして体内の内部環境を一定に保とうとするのです。薄着は外気温を感じる事が出来るので、暑さ寒さに対する皮膚の反応が高まり、自律神経の働きが活発になります。そのことで風邪に対する抵抗力が付きまます。

### ☆薄着の目安は？☆

子どもが感じる寒さと大人の感じる寒さは同じ気温でも異なるもの。ついつい大人の感覚で子どもに厚着させてしまいがちですが、その必要はありません。体調にもよりますが、「おとなより一枚薄着」が目安です。

#### 肌着を着る・薄着にしても暖かく！

厚手のトレーナー1枚や、薄着にするからと肌着を着せないと、体温が逃げてしまって寒いものです。肌着を着せて背中やお腹が隠れる丈のあるものでしっかり保温が出来ると、手足が出ていても寒さを感じなく過ごせます。



#### 着脱しやすいもの

ファッション性よりも、ボタンやホックをはめやすく、ひとりで着脱しやすいものがよいでしょう。特にジャンパーのファスナーは、お家でも練習してみましょう。

#### 薄手の重ね着

重ね着をすると、服と服の間に体温で温まった空気の層ができ、厚手のもの一枚着るより保温性が高まります。薄手の重ね着なら、動きやすく機能的です。



## 芋掘り&焼き芋会

10月末に予定していたさつまいもの収穫ですが、土の中の芋の状態を時々確認していたところ、生長が良く月末前に掘り頃となりました。子ども達の「大きいのがとれた！」の声があっちからもこっちからも。今年はずいぶんいい大きさのさつまいもが多く取れました。

そして今月5日(木)はこのさつまいもで焼き芋会です。園庭の穴掘りとさつまいも洗いはきりん組さんがしてくれました。焼き芋会に使う落ち葉はうさぎ組さんが散歩に出かけ拾ってきてくれました。着々と準備が進められています。

当日は、園長先生が火入れをし、子ども達がさつまいもを新聞で包んで、水にぬらしアルミホイルで包みそして火の中へ…

午後のおやつにいただきます。楽しみです!!

## ～ お知らせ ～

❁ 来年度の継続書類をお渡ししました。必要書類を揃えて11月25日(水)までの提出となります。

退園、移行を希望する方は11月18日(水)と継続書類よりも早目の提出となります。書類は事務室にありますのでとりこぎてください。

❁ 運動会の写真が1階廊下に貼ってあります。以上児運動会、未満児運動会とどちらもあります。

注文の×切は11日(水)です。

❁ 毎朝の子ども達の検温、健康観察、そして保護者の方にもマスク着用、手指消毒と感染予防のご協力、引き続きよろしくお願いたします。