１１月　ひなたぼっこ

令和８年１１月１日
ちゃいるどベーすIDEKITA
園長　甲斐　英哉

日が落ちるのもすっかり早くなり、夕暮れ時には寒さが身に染みる季節となりました。
朝晩は冷え込みますが、まだまだ日中はぽかぽか陽気の日が続いていますね。子ども達は変わらず公園で元気いっぱい走り回ったり秋を探してお散歩に出かけています。今のうちにしっかりと戸外遊びを取り入れて冬に向けて寒さに負けない体作りをしていきたいと思います。気温が下がり空気が乾燥する１１月は感染症のリスクもあがります。しっかり睡眠をとることで免疫力もあがります。規則正しい生活を心掛けていきましょう。

１１月の健診

７ヶ月健診…10日（火）
１歳6ヶ月健診…12日（木）・26日（木）
２歳6ヶ月歯科健診…18日（水）
３歳6ヶ月健診…11日（水）25日（水）
大切な健診です。必ず受けましょう。

絵本の紹介「ぱぱんのぱん」

作　やすいすえこ
絵　田中史郎

パンのなる木に向かって「ぱぱんのぱん！」と手をたたくと、あんぱん、ジャムパン、クリームパン…美味しいパンが次々にぽ～んと飛んでくる！
手をたたいて絵本に参加するのが楽しいお話です☆

１０月の子どもの様子

芸術の秋

落ち葉を拾い集めて…

ペタペタ貼り付けて大きな木を作りました☆

世界に一つだけのブレスレットを作りました☆

スポーツの秋

「よ～い、ドン！！」
元気に公園を駆け回ります☆

サッカーボールを追いかけながらハイハイでどんどん進みます☆

食欲の秋

大好きな給食＆おやつタイム！
毎日おかわりしてますよ☆

読書の秋

お気に入りの絵本は何回も熟読します☆

お知らせ

- 令和９年度の入所における就労証明書の早めの提出をお願い致します。
- 今月の保育料の引き落としは25日(水）になっています。前日までにご確認をお願い致します。

子どもの薄着について

風邪を引いたら困ると思って、子どもに大人の感覚で厚着をさせていませんか？実は逆効果なんです…。
子どもは大人よりも平熱が高めなので大人と同じ体感というわけではありません。良かれと思って
厚着させてしまうと子どもにとっては体温調節がしにくくなるのです。

薄着のメリット

①風邪をひきにくくなる

自立神経が鍛えられ免疫力が高まる
→風邪などの感染症にかかりにくい丈夫な体作りにつながる

元気に遊ぶ
- → 厚着→汗をかく→汗冷え→風邪の原因となる
- → 薄着→汗をかきにくい→汗冷えしない

②よく動ける！運動量アップ☆

薄着だと走ったり、跳ねたり、思い切り身体を使って遊ぶ事ができるので、
体力作りにぴったり！元気に動き回ることで体も温まり寒さに負けない強い体が育つ

③体温調節機能が育つ

自然の気温の変化に慣れさせ皮膚が暑さ寒さを感じることで体温調節の力が強化される

薄着で過ごすためのコツ
- 基本的には大人の服より１枚少なめが目安☆
- 寒い時は薄手の上着で調節
- 肌着で保温
- お腹と背中がでない服装

おすすめアイテム
『ベスト』
衣服の調節に使いやすい

薄着だけにこだわるのではなく
目の前の子どもの状態を見て
判断し必要な衣服調節を
してあげられるようにしましょう☆

昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調節が難しい季節です。保育園でもお天気や気温の変化を
みながら子ども達が元気いっぱい過ごせるように配慮していきたいと考えています。

“秋”楽しんでます☆

〇ひよこ組
先生が見つけたどんぐりを手渡すと、
不思議そうに見つめたり、ペットボトルに入れて
マラカスを作るとそれを振って音を楽しんだりと
自然物に触れながら見て触って音を感じる
経験を楽しんでいます。

〇りす組
公園には落ち葉がたくさん！その落ち葉を
踏んでは「カサカサ」と鳴る秋の音に大興奮！
踏んだりちぎったりして喜んでいます。

〇ばんび組
落ち葉を拾い集めてオリジナルのブレスレットを
作ったり、お芋洗いのお手伝いをして食を通して
秋の味覚を楽しんでいます☆

☆秋ならではの気づきに寄り添い子ども達の
興味、関心を深めていきたいと思います。

おでかけしたくなる季節ですねー

遠くのテーマパークもいいけど近くの公園や
近所を散歩するのも楽しいですよ❣

車社会の現代　たまには歩いて近所を散歩する
ことで新たな発見があるかもしれませんね

子どもたちは散歩を通して様々な刺激を受け吸収
していきます。目に見えない秋の風を感じたり
鳥の声を聞いたり葉っぱを踏んだ音を聞いたり
そこに大好きなおうちの方との楽しいおしゃべりが
あると最高です。のんびりとした時間を過ごすこと
で心と体の成長へつながっていきます。
子どもと一緒に秋を楽しみましょう。