

11月の園だより

もうすぐ立冬。秋から冬への移り変わりの季節ですね。朝晩はひんやりと肌寒いですが、子ども達は元気いっぱい体を動かして遊び、読み聞かせに耳を傾け、給食をお腹いっぱい食べて、スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋と子ども達はどれも満喫しているようです。

過ごしやすい時期となりましたが、気温差から体調を崩しやすい時期です。生活リズムを整え、しっかりと休養を取り、家族みんなで体調を整えて風邪に負けない体力をつけましょう。

また、お子様がいつもと違う？というような時は早めの受診をお勧めします。



11月の予定

日	曜	園の行事	子育て支援室 あっぷっぷ
1	金		開園
5	火		開園
8	金	お弁当の日 帽子・布団持ち帰り	開園
11	月	消防立ち合い避難訓練 (身体計測週間～15日)	
12	火		開園
15	金		開園
19	火		開園
22	金	布団・帽子持ち帰り	開園
26	火	歯科検診 9:00～	開園
29	金	園庭用スック持ち帰り	開園



絵本大好き 読書の秋

絵本棚にあるお気に入りの絵本を保育者の所へ持って来て「読んで」と催促したり、好きなページを開いてじっと見たり子ども達は気に入った絵本を繰り返し読むのが大好きです。たくさんの絵本に触れ、保育者とのやりとりを楽しみながら新しい言葉をどんどん覚えていきます。絵本を繰り返し読む中で子ども達はお気に入りのフレーズを一字一句たがわず覚えてしまう事も珍しくありません。新しく覚えた言葉を使うことで、さらに語彙力がアップし子ども達の吸収力に驚かされます。

0～1歳児に読み聞かせは早いのでは？と思う方もいるかもしれませんが、全くそんなことはありません。まだ言葉を完全に理解できていなくても、五感を使って絵本を楽しんでいます。

現代の子ども達は、生まれた時からインターネットやスマートフォンが身近に存在しています。長時間のメディア視聴により睡眠不足、視力の異常、体力の低下、言葉の遅れなどの症状を引き起こす子ども達の成長が脅かされています。絵本を通して言葉のやりとりを楽しんだり、戸外で体をうごかしたり読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋など様々な秋の楽しみ方をしてみてはいかがでしょうか。

教育・保育理念「善隣のココロ」

いつでもどこでもそして誰にでもわれ等よき善隣たらん

教育・保育：三つのゼン

すべての子どもが「安全」に過ごせる心くばりを行います。
すべての子どもに「自然」の大切さを気付かせていきます。
すべての子どもの「積善」への努力をみとめていきます。

教育・保育目標

- ・心身ともに健やかな子ども
- ・豊かな感性を持った子ども
- ・心やさしく思いやりのある子ども

社会福祉法人 大和善隣館
やざき乳児保育園
TEL(0761)58-0334

R6.11.1

食育コーナー



おにぎりを作ったよ！

10月1日(火)お昼寝前に、お米洗いをしました。調理員がお手本を見せると、子ども達も見よう見まねで水道の水をお米に当て、まぜていました。手に引っ付く米粒を握ったり、指でつまんだり、お米の感触を感じていました。その後炊飯器にお米と水を入れ、スイッチオン！何が出来るか楽しみにしながらお昼寝に入りました。お昼寝から目を覚ますとごはんのいい匂いが漂ってました。炊飯器の前に子ども達が集まってきたので「3.2.1 オープン！」と炊飯器の蓋を開けました。白いツツツヤのごはんが炊き上がりました。おやつ時間にラップでごはんを包んでおにぎりを作りました。手や顔にたくさんごはん粒をつけながらも、みんなしっかり食べていました。



乳児期のおやつについて

乳児期の子どもは、一度にたくさん食べる事が難しいので、3回の食事とおやつで栄養補給をする必要があります。また、おやつは心と体のリフレッシュの時間でもあり、子ども達にとっては楽しみの一つです。



どんなおやつがいい？

ポイント！

- ・決まった時間に食べよう！
- ・適切な量を食べよう！

おにぎりや蒸しパン、ふかし芋など食事の代わりになるような炭水化物を中心にしましょう。ビタミンや食物繊維を補給する果物、咀嚼の練習になるせんべいなどもおすすめです。

11月食育予定

- ・11月8日(金) お弁当の日
- ・11月中 秋野菜に触れよう



※ぶどう組、いちご組の完了食のお子様は11月8日(金)の登園時に空のお弁当箱を持参ください。

やざき乳児保育園の栄養目標量

11月の栄養目標量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
433kcal	10.9g～ 21.7g	9.6g～ 14.5g	1.5g未満
11月の平均栄養量			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
445kcal	16.6g	13.6g	1.2g