りすぐみだより

子供の家幼稚園　2021.10.29

今月はうんどうあそび会という大きなイベントがありました。お父さんお母さんと離れる時は涙が出たお友だちもいましたが、礼拝やさくらんぼリズム、かけっこなど、最後まで一生けんめい頑張りました。特にさくらんぼリズムは今までで 1 番上手にできていたりす組さん！たくさんの成長を見せてくれた子ども達に拍手！！！ですね。コロナ禍での開催となり、人数制限や規模縮小など不便な点もあったかと思いますが、全員元気に本番を迎えることができて良かったです。ご協力ありがとうございました。

☆今月の活動☆

サンサン広場や振徳堂、山川公園にお散歩にいきました。ドングリ拾いや建物探索、ブランコ、回旋塔など色んな遊びを楽しんでいます！また、階段の上り下りも子ども達にとっては良い遊びとなるようです。今まではカートに乗って行っていたお散歩ですが、少しずつ誘導ロープを握ったり先生と手を繋いだりして歩く練習を始めました。みんな上手に歩いていますよ～！！

今月の製作

10 月･11 月のカレンダーを作りました。子ども達のかわいい手形を栗のイガに見立て、真ん中には個性豊かな表情の栗さんを貼り付けました。目や口の感覚も少しずつ分かるようになってきて、見本を見ながらそれぞれのパーツを上手に配置して貼ることができました。周りには本物の葉っぱを自由に貼って、秋らしい可愛いカレンダーが完成しました。

今月の給食

今月も好き嫌いなくモリモリ食べることが出来ました。お魚やお肉も色々な調理法で調理されているので、味や食感にも飽きることなく楽しく食べています。「おいしいっ！！」と毎回感激しながら食べている子もいますよ！午後のおやつも大好きで、おかわりもたくさんしてくれます！

1～2 歳の理想の睡眠時間は 11～14 時間です。園でのお昼寝が 2 時間程度なので、夜は 9 時間以上の睡眠が必要という事になります。子どもの睡眠不足や睡眠障害が続くと肥満や生活習慣病などの発症を高める危険性があります。また、成長の遅れ･注意力や集中力の低下･疲れやすくなるなど、様々な影響を及ぼします。この時期に睡眠のリズムを整えることはとても大切です。なかなか難しいとは思いますが、遅くても 21 時には就寝出来る環境を整えていきましょう！