

# 11月ひこばえだより

子どもたちが元気いっぱい参加することができた運動会。ご来場いただいた皆様に温かい拍手やご声援をいただき、子どもたちも楽しみながら最後まで頑張ることができました。ありがとうございました。

運動会という大きな行事を終えた今、日々の生活の中で色々なところで子どもたちに大きな変化を感じるようになりました。まず、一人ひとりの挨拶の声が大きくなり目を見て意識して挨拶してくれる子が増えました。それから、子どもたちの態度に“静”と“動”のけじめがついてきたように感じています。話を聞く時や絵本の読み聞かせ等、ひよこ組の子からにじ組までみんな集中して聞くことができ、体を動かして遊ぶ時は、みんな夢中でそれを楽しむことができます。

先日の避難訓練でも保育者の話を良く聞き真剣に避難する事が出来ました。今回は不審者対応という事で知らない人にはついて行かない、知らない人の車に乗らない、大きな声を出す、すぐ逃げる、お家の人や先生などに知らせる、等子どもたちに伝えました。子ども一人で行動する事はないかと思いますが、この機会にご家庭でも話し合ってみてください。

落ち着いて話を聞くという事は、とても大事な事です。これからの時期、ますます心身共に充実する時ですので見守っていきたいと思います。

## 11月の目標

健康目標	● 冬に向けて丈夫な身体づくりをしよう
生活目標	● 室内外の気温に合わせて衣類の調整をしよう
食育目標	● 秋の旬の食べ物を知ろう

## 11月の行事予定

- |        |           |        |        |
|--------|-----------|--------|--------|
| 6日(水)  | 焼き芋パーティー  | 13日(水) | 交通安全教室 |
| 7日(木)  |           | 14日(木) | 避難訓練⑧  |
| 21日(木) | ≫ リーベ体操教室 | 15日(金) | 七五三    |
| 8日(金)  |           | 26日(火) | 発育測定   |
| 22日(金) | ≫ うごキッズ   |        |        |



## 焼き芋パーティー

清水さん(用務員)の畑で収穫したさつまいもに濡れた新聞紙とアルミホイルを巻き炭火で焼いて焼き芋にして全園児でいただきます。秋の恵みに感謝したいですね。

## 交通安全教室

日時：11月13日(水) 13:30～14:30

場所：南部コミュニティセンター

※年長児対象です。会場までは役場のマイクロバスで送迎して下さいます。

## 七五三

大きな怪我や病気をせずにここまで大きく成長した事を喜び、これからも元気に大きくなれるようにお祈りし感謝の気持ちを持ちたいと思います。

## ポチっとくん体操

収録日：11月1日(金) 10:00～12:00

服装：2歳児以上児は体操服 0.1歳児は私服

放送日 12月9日(月) 12月16日(月) 楽しみですね！！

## 生活発表会について

日時：12月7日(土) 午前中

場所：ひこばえ保育園ホール

※詳細については後日お知らせ致します。

運動会同様、0.1歳児は発表終了後解散となります。



## 今月のひとこと

《就寝は9時までに！》

テレビチャンネル選択が子ども任せになっていませんか？番組の中には幼い子どもにふさわしくない内容もたくさんありますので親の立場でしっかりと選んで、また時間も決めて見るようにして下さい。遅くても午後9時までには就寝できるようにしましょう。午後10時頃から午前2時頃までの4時間にメラトニンという物質が分泌され、性の成長を抑える役割があり、この時間帯にしか分泌されないものだそうです。(※その結果、女兒の初潮が小学校3～4年生で見られる例も少なくないとか・・・それも親の責任です。)就寝をして1時間後に分泌される為、遅くても9時までには就寝させるようにして下さい。また、他にも睡眠は記憶を定着させる役割もあります。睡眠時間はとても大事なことです。しっかり睡眠時間をとっている子どもは少ない子どもに比べて学力が高いというデータも出ています。9時に就寝させるためには最低でもメディアは8時までには止めて、落ち着いた気持ちで就寝準備に入ることが必要です。(絵本の読み聞かせをおすすめします。)一人の子どもの生涯にかかわることですので、心して育児していきましょう。

