



# ひのでたより

令和4年11月1日  
ひので保育園

日中はとても過ごしやすく秋の日差しがいっぱいですが、朝夕は急に気温が下がり、冬の訪れを感じる季節になりました。公園には落ち葉が積もりその上を子どもたちが歩いて「かさかさ」「さわさわ」と音が鳴るのを楽しんでいます。今月も健康管理に気をつけながら、秋の自然を探して散歩を楽しんだり、園庭や公園で思い切り体を動かしたりして遊びたいと思います。

## ワクワクドキドキの生活発表会でした！！



保護者の方々に見守られて、子どもたちの頑張る姿はとても感動的でした。行事を一つ終えるごとに様々な成長を見せてきています。たくさんの温かい拍手をいただきありがとうございました。



こじか組「島人ぬ宝」  
かっこよく踊れましたね！



こくま組「三匹の子豚」  
おおかみから家を守るぞー



こあら組「HELLO! HALO」  
楽しく踊れたよ！



うさぎ組「かみなりどんがやってきた」  
かみなりどんになりきました！



こりす組「おやさいサンバ」  
かわいいおやさいさんたちが登場しました！

### ★寒くなる時期の感染症予防ワンポイントアドバイス★

1. 温度…身体を冷やさないようにする事は免疫力アップや血液循環の向上につながります。薄着を心がけることで体力をつけ、適温を保ちましょう。
2. 湿度…のど、鼻、口の中の繊毛運動の活性化と粘膜保護が重要です。湿度が高いとウイルスは感染しにくくなります。加湿しましょう。
3. 運動…適度な運動は免疫力と血流を向上させます。元気に体を動かしましょう。
4. 食事…野菜は、体温を上げてくれます。またビタミンは免疫力を高めます。特にビタミン豊富な野菜の椎茸、ネギ、春菊の沢山入った温かい料理に肉や魚を入れて 美味しく食べましょう。





## お出かけをスムーズにする 言葉かけ

気候が良くなり、家族でお出かけする機会も増える時期ですね。そんな時の言葉かけで困っていませんか？  
子どもが自分から動いてくれる言葉かけをご紹介します。



朝なかなか起きてくれない



「起きたら一緒にご飯が食べられるから嬉しいな」と起こす



安心感を大切にしましょう



「ほら、起きて！おくれちゃうよ」と起こす

いきなり起こすと怖く感じます



今すぐ片づけしてほしい



やるべきことを質問する「最初に何を片づける？」

自分で考えて動く力になります



やるべきことを命令する「早く片づけして！」

自分で考えなくなってしまいます



なかなか帰ろうとしない



「あと3回したらお家に行こうね」「おいしいご飯を食べにお家に行くよ」など

見通しを立てられる情報を伝えましょう



「置いてっちゃうからね！」と一方的に言う

混乱してストレスになります



### ☆まずは、子どもの気持ちを認めてあげましょう☆

「まだ〇〇したかったんだね」「もっと〇〇したかったね」と気持ちを共感することで、子どもたちは「わかってくれてる」と安心するようです。その後で子どもにして欲しいことを伝えましょう。そしてもう後ひと工夫することで、もっと言うことを聞いてくれやすくなるようです。

『それは①共感⇒②指示のあとにもう一度③共感を入れることです。』

①

「そうだね。遊びたいよね」



②

「でもお片づけの時間だよ」



③

「楽しそうだったよね。見ていて楽しかったよ」



ぜひ試してみてくださいね。

### 【お願い】

\*令和5年度の入園申請書を11月10日(木)までにご提出お願いします。  
ご不明な点はお尋ね下さい。

\*ご家庭に空き箱や空き容器などはありませんか？園に持って来ていただくと助かります。  
子どもたちが製作や遊びなどに使いますのでご協力よろしくをお願いします。

