



ひまわりぐみ だより

秋ならではの鮮やかな彩りが目を楽しませてくれます。先日の親子遠足では、お母さんと一緒に友達と過ごす事ができて、園では見る事のできない嬉しそうな顔、穏やかな表情をしていました。緊張している姿や、園と同じように友達と関わる姿、子ども達の好きな手袋シアターなどを見て頂くことができました。お忙しい中参加下さりありがとうございました。



ドングリで遊んだよ!

公園で見つけたドングリを小さなカップに入れてマラカスを作りました。カップの周りにシールを貼って自分だけのマラカスが完成しました。ジャンプをすると音が鳴ることに気が付き、何度もジャンプをして音を鳴らしていると、どんどんその輪が広がっていき両手に持って振ったり、友達と一緒にジャンプをしたりして、音が鳴ることを確かめていました。

園庭では雨どいにドングリや松ぼっくりを「よーいスタート」と言いながらみんなで転がしています。タイヤの中にステンレスの鍋を置いてみると、「カン！」



と音が鳴り、「あっ」と音が鳴る方を見ていました。初めは1つずつ転がしていましたが、しばらくするとドングリをひと掴みし、たくさんのドングリを一度に転がしていました。



「カンカン」と音が鳴ることが楽しく、カゴの中に入っているドングリがなくなると、下に置いてあるタイヤに溜まったドングリをもう一度集めて、繰り返し何度も転がしていました。



～ 気温に合わせた服装選び ～

子どもたちは気温が低い日でも元気に走り回り、良く動くので汗をかいていることがあります。重ね着しやすい服装、肌着は綿素材のもの、軽くて動きやすいもの、大人より1枚少なめがちょうどいいといわれています。

< 一日の「最高気温」を目安に >

● 12～14度 ●

「薄手の冬服」

半そで下着やTシャツ

+厚手のロングTシャツ or トレーナー



● 15～17度 ●

「秋服」

ノースリーブ下着

+厚手のロングTシャツ or 薄手トレーナー



● 18～20度 ●

「薄手の秋服」

ノースリーブ下着

+ロングTシャツ Or カットソー



● 21～22度 ●

「夏服に上着」

ノースリーブ下着+半そでTシャツ

+薄手のジャンパーやカットソーで調節を



子どもが汗をかいたり、寒い日でも薄着をしたりすることが大切なのは事実ですが、気温の変化の影響を受けやすく、体調を崩しやすいのも事実です。昼間と朝夕の気温差が大きい季節なので、調整しやすい服装を心がけましょう。