

子育て支援センターめいとうだより

令和4年11月

子育て支援センターめいとう(名東保育園)

TEL052-701-2644 FAX052-701-2676

<http://meito-hoikuen.jp/>

朝夕の気温差が大きくなり、冷たい風が吹いて、そろそろ冬支度も始めたい頃です。

木々の色づきやどんぐり、青い空、夕焼け、お月様…。

11月は、自然の変化を楽しめるお散歩を！ 身体と心を温めましょう！



11月の予定

月	火	水	木	金
	1 (11/1~15 の火曜日は園行事 園庭開放がお休み)	2 支援室・園庭開放	3 文化の日 休 み	4 支援室・園庭開放
7 『お散歩バック を作ろう!』 支援室・園庭開放	8 →	9 →	10 →	11 ☆すくすくメイト 配信準備で お休み
14 『わらべうた 遊び』 支援室・園庭開放	15 →	16 →	17 お休み (うりんこ劇場 ミニ広場)	18 『感触を楽しもう』 支援室・園庭開放
21 支援室・園庭開放	22 →	23 勤労感謝の日 休 み	24 『身体測定の日』 支援室・園庭開放	25 『ふたご・みつご の会』 →
28 支援室・園庭開放	29 →	30 →		

12月1日～『遊びの広場』配信です。

～名東区 すくすくメイト(5-10)より～

毎年11月の第2金曜日には名東区中の保育園、幼稚園、児童館、図書館、子育て支援センター、支援拠点など、子どもたちと保護者の方に関わる関連機関が協力して『遊びのひろば』を名東スポーツセンターで開催していました。昨年は、『親子ヨガ・体操』の配信をしました。今年は、パネルシアターや体操・製作コーナー・歌・手遊びなどを配信でお送りします。約1ヶ月間の配信です。

子どもたちと一緒に楽しみください！

お知らせ

☆≡『お散歩バックをつくろう』

11月7日(月) 10:00~12:00の間

・持ち物…好きな大きさのペットボトル
シールを貼ってマイバッグを。

☆≡『わらべうた』

11月14日(月) 10:00~10:30

・赤ちゃんとママ・パパ

☆≡『感触を楽しもう!』

11月18日(金) 10:15~11:00

・2歳～ 小麦粉粘土をします

☆≡『身体測定』

11月24日(木) 10:00~

・赤ちゃん～3歳

お家で 歌いましょう!

「おいもゴロゴロ」

おいもごろごろ おいも チャチャチャ
おいもごろごろ おいも ウーッ
つちのなかから かおだせおいも
つちのなかから かおだせおいも
おいもごろごろ おいも チャチャチャ
おいもごろごろ おいも ウーッ



「どてかぼちゃ」

おらうちの どてかぼちゃ
ひにやけて くわれない

*膝にのせて向かい合って、手や脇を支えながら、親子で一緒に左右に揺れる。大きい子は手を繋いで揺らす。最後は、ぎゅ〜と抱きしめて!



「ちょち ちょち あわあわ」

ちょち ちょち (手を4回たたく)
あわあわ (口を押せて声を出す)
かいぐり かいぐり (胸の前で両手を回す)
とっとのめ (人差し指で手のひらをつつく)
おつむ てんてん (頭を両手で2回触れる)
ひじ とんとん (片ひじをつつく)
かっくり かっくり (胸の前で両手を回す)
いないない バー (両手で顔を隠し ばあ~)

~散歩のすすめ~

「おばさま公園」

・・・名東保育園の一筋北に・・・



冬に入る前の健康管理

『皮膚のたんれん』 ~始めるのは今! ~

「皮膚の鍛錬に薄着がいい」...とわかっているけど、風邪はひかせたくないですね。

- ・薄着とは・・・我慢でなく、気温・体調・体質などに合わせて衣類を調節すること。
- ・皮膚の鍛錬・・・皮膚の『気温に対するの適応能力』を高めること。 ...です。

秋冬の服の選び方は・・・

- ① 新東や射が活発なため『大人より1枚少ない目』
- ② 腕・足は薄着。お腹や背中を出さないよう。
- ③ “重ね着” で気温に合わせて衣類調節 (トレーナーよりも、肌着+長袖Tシャツ) (ベストが1枚あると便利です)
- ④ 発熱素材、裏起毛などは、体温調節機能が育つ子供には、お勧めしません。保湿をしつつ、自律神経を刺激して、寒暖差に負けない体作りを!

秋の夜長は、親子で読書を! お勧めは...

0~1歳 『ぴよ〜ん』

*絵本の動物と一緒に、跳びましょう。

1歳児 『たまごのあかちゃん』

*「次は何の赤ちゃんかな!」と期待が膨らみます。

2歳児 『コッコさんシリーズ』

*『コッコさん』と同じ気持ちで見ている子どもたちの表情に、大人も心が温かくなってきます。



名古屋市子育て応援サイトにご登録を! パソコン・携帯に情報が配信されます

<http://www.kosodate-ouen.city.nagoya.jp/>