



保護者の皆様

令和5年11月27日

一般財団法人こども財団

小規模保育事業 リーゴ岩塚

施設長 会田 恵理

リーゴだより



秋が駆け足で通り過ぎていきます。子どもたちは、落ち葉の布団に寝転がったり、落ち葉でライスシャワーならぬ落ち葉シャワーをしたり…今ならではの遊びを目一杯楽しんでいます。どんぐり探しも楽しみ、どんぐりや落ち葉、ねこじゃらしなどのお土産を持って嬉しそうに散歩から帰ってくる子どもたちです。

お部屋では、クリスマスに関する絵本が登場!!「サンタさん♥」というラブコールも聞こえてくるようになりました。これから、ゆずさんとツリーの飾りつけや部屋の飾り付けをしてクリスマスムードを高めていきたいと思えます。

リーゴの周辺では、インフルエンザが流行っています。幸いリーゴに通っているお友だちは元気に毎日を過ごしていますが、これからクリスマス会や新年という楽しい行事が元気に迎えられるように、防寒対策や健康観察など子どもたちの健康管理に気を付けていきたいと思えます。



12月の予定



- | | |
|-----------------|------------------------|
| 5日(火) | 避難訓練・消火訓練 |
| 12日(火) | 緊急対応訓練 |
| 13日(水) | 名古屋市家庭的保育支援者
岡部先生来所 |
| 20日(水) | 身体測定 |
| 22日(金) | クリスマス会 |
| 28日(木) | 協力保育 |
| 29日(金)から1月3日(水) | 年末年始のお休み |
| 1月4日(木)と5日(金) | 協力保育 |

協力保育のご理解とご協力をありがとうございます。



おしらせとおねがい

☆11月分の保育料引き落とし日は、**12月15日(金)**です。前日までに、振替口座へのご準備をよろしくお願い致します。

☆肌寒くなってきました。お昼寝の掛け布団用の綿毛布の準備をお願いいたします。また、散歩に着る上着もかごの中にいれておいてくださいね。



急に寒くなり、何を着せていいかわからないという声も聞かれます。薄着についてよく言われているお話を紹介します。



子どもは大人より体が小さいので同じ動きでも大人よりも身体を動かす量が多く、新陳代謝も盛んなため大人より4度ほど高く感じると言われています。厚着で汗をかくことで身体が冷えてしまいかえって風邪をひいてしまうということもあるようです。



呼吸、体温、消化、代謝だけでなく、ストレスや環境の変化などに応じて体を微調整して全身を最適な状態に保ってくれる自律神経。その自律神経には、脳や身体が活動するときに活発に働く交感神経と食べたものの消化やリラックスして心身を休める時に働く副交感神経があります。子どもは副交感神経がより働き、成長するにつれて交感神経の出番が増えていき、やがて逆転。二つが交差するのは3歳頃と言われているため、それまでに暑さ寒さを感じ、寒さから身を守ろうと皮膚の血管収縮をしたり、汗腺を調節したりする経験をたくさんすることが大切と言われています。



手足を動かして遊ぶことは、子どもの運動能力はもちろん知能の発達にも繋がると言われています。厚着をしてしまうと活発に動くことができなくなってしまいます。また、動きにくいことで転びやすくなったり、思うように動けなくなって窮屈に感じてしまったりする子もいるようです。



厚手の衣類を1枚だけ着るよりも薄手の衣類を2枚重ね着するほうが保温効果があるそうです。リーゴにいる時に薄手の服が何枚かあれば、暑ければ1枚脱ぐ、寒ければ着るようにし、暑さ寒さへの調節もしやすいです。



着せる服装の参考に…

肌着

子どもは冬でも汗をかきます。ただし、お腹と背中中の保温は大切。綿などの吸収性、速乾性のある素材のものでお腹と背中が隠れる丈の半袖がおすすめ。

長袖のTシャツ、薄手のトレーナー

自分で脱ぎ着がしなくなる子どもたちです。着脱がしやすいものがおすすめ。

裏起毛のズボンや服

戶外遊び用に！特に床暖がきいているリーゴの室内ではかえって暑く感じるかもしれません。

