



つい最近まで暑かったような気がしていたのに、もう冬の足音が聞こえてきます。カレンダーを見ながら、「もうちょっとで12月だ!」「発表会があるよ!」とお話している子どもたちです。行事が盛りだくさんの2学期ですが、ふだんの子どものあそびの様子をお伝えします。

## こんなあそびをしているよ!

**運動あそび**…運動会でのあかくみさんのカッコいい姿に刺激を受けたみどりさん。跳び箱や鉄棒や登り棒、タイヤとび…その猛練習っぷりと言ったら!そんな熱心なみどりさんのそばに駆け寄り、「ここで踏み切ると跳べるよ」「もうちょっとでできそう!がんばれ!」とアドバイスしたり応援したりしていました。



**なわとび**…運動あそびの中でも、いま一番のブームはなわとびです!前跳び、後ろ跳び、かけ足跳び、片足跳びなど…できるようになると「せんせい!できたけん、みとって!」と自慢気に披露してくれます♡自分ができたときだけでなく、「〇〇ちゃんができたよ!みにきて!」と、お友だちの成功も一緒に喜んでいる姿が素敵です。また、あそび終わってから自分で縄を結ぶ練習もしていますよ!



## みつあみ、ちょうちょむすび

…指先を使うあそびも楽しんでいきます。初めはねじれたり、順序があやふやになったり、ゆるゆるになったりしていたみつあみも、回数を重ねるごとに上達してきました!また、お弁当袋のひもなど、少しずつ自分でちょうちょ結びができるようになってほしいと思っています。



**ごっこあそび**…今年のハロウィンパーティーは幼稚園の衣装の中から好きなものを選んで着たのですが、パーティーが終わった後も衣装をお部屋に置いていました。思った通り、手を伸ばす子どもたち!以前からごっこあそびが大好きなあかみどりさんでしたが、衣装を着ることでよりイメージが広がりました。とくに盛り上がったのは神楽ごっこ!神楽を舞う人、笛や太鼓を演奏する人、宣伝をする人、チケットを配る人、お客さんなど、いろいろな役になりきっていました☆

**絵本**…お昼ご飯の後はおなかの休憩のために絵本を読む時間にしています。最近見かけるのは、みどりさんがあかさんに「これよんで～」とお願いし、あかさんが読みきかせをしてあげている姿♡とってもかわいいです♡



## プールに入るといいことがあるよ！

### ☆「免疫力×水泳」で強い体に！

水泳は沢山呼吸をしながら行う「**有酸素運動**」です！リスミカルな呼吸を続けることで全身に新鮮な空気が送り込まれ、免疫細胞が活性化することで免疫力向上につながります。また、筋肉が鍛えられることによって、**基礎代謝**（何もしていなくても熱を生み出すエネルギー）が向上します！現代人は、低体温の方も増えてきているので、基礎代謝を上げることで体温があがり、免疫システムが正常に働くことによって**免疫力アップ**に繋がります。

### ☆体温調節機能の向上！

体温よりも低い水中で身体を動かすことによって、水に体温を奪われずに維持しようと「**体温調整機能**」が働きます。水中で運動することで、「**体温調節機能**」が向上するため、多少の環境の変化にも負けず、体調も崩しにくくなるのです。

(太陽フィットネスクラブ HP より)

寒くなってきて体調が心配な時期ですが、幼稚園に登園できるくらいの風邪の症状でしたら、スイミングスクールの室内は温かくしてありますので、なるべく入るようにしましょう！スイミングに参加して丈夫な身体を育てましょうね！もちろん、症状がひどい時は無理せず休んでください。

## みどりさんもグループ当番始めました♪

10月初め頃からみどりさんにもわとりのお世話、掃き掃除、ハッピーニュースなどの当番活動をしています。初めてのほうき、初めての放送…ときどきわくわく♪あかさんもお当番のやり方を教えてくれています。お当番が回ってくるのを楽しみにしている子どもたちです！

### めいぐるみぐるーぶ



ほうせきぐるーぶ

### めいろぐるーぶ



きょうりゅうぐるーぶ

### ぴかぴかぐるーぶ



## ひとくち たべてみよう！～あかぐみさんへ～

今年みんなで育てたきゅうり、トマト、ナス、おくら、ピーマン、パプリカは、塩もみしたり、炒めてめんつゆで味付けしたり、そのままの味を味わったりしておいしくいただきました♪（なんとつい最近までお花が咲いていました！長い間収穫できたくさんいただくことができました）苦手なお友だちもいましたが、自分たちで育てたからこそ、「ひとくち食べてみよう！」の気持ちが芽生えたのだと思います。給食に出てくるおかずも、苦手でもひとくちだけチャレンジしているあかみどりさんです。小学校では今の給食よりも、もっといろいろな献立に出会うことになります。あかさんは1月には給食センターへ給食づくりの見学＆給食の試食に行く予定です！水、金曜日のお弁当でも1品、食べ慣れないおかずに挑戦してみませんか？もちろん毎回でなくて大丈夫です！お忙しいと思いますが、よろしくお願ひします！



## 発表会 衣装のおねがい

今年の発表会は、あかぐみ劇「じゅげむ」、みどりぐみ遊戯「みどりまつりへようこそ！」に決まりました！！そこで、衣装の準備のご協力をお願いいたします。

**あかぐみ全員……浴衣**

**みどりぐみ女の子…黒い半袖Tシャツ(フリント等、柄があってもかまいません)**



**みどりぐみ男の子…上下体操服**

※あか・みどり共に、うたは制服、合奏は**上下体操服**です。あかぐみさんは和太鼓、ベルに挑戦します。  
※浴衣、黒Tシャツをお持ちでない場合は園にご相談ください。わざわざ買われる必要はありません。  
※体操服以外の衣装は30日(木)までに準備をお願いいたします。記名した紙袋に入れて持たせてください。  
お手数をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

あかぐみさんへ！お祭りせんせいから みっしょんだ！

### ①じぶんで ようちえんの じゅんびを してみよう！

いつも りゅっくと めのかばんに なにが はいってるかな？  
みんななら きっと もう じぶんで できるよね☆

### ②はんかちを つかってみよう！

しょうごうでは はんかちを つかうよ。  
あそびぎの ぼけっとに はんかちを 入れて、てあらいの あとに つかってみよう！

**これが くいあ できれば、ぴかぴかの 1ねんせいに いっぽ ちかづけるでしょう…！**

※ハンカチは、遊び着のポケットに入る大きさのものを毎日持たせてください。手拭きタオルも今まで通り持たせてください。身の回りの準備などもできる範囲で見守ってあげてください！よろしくお願いいたします♪

