



つんとした冷たい空気を感じると、いよいよ冬の訪れですね。寒さの中でも、クリスマスやサンタクロースの話が出ると、子ども達のキラキラした笑顔で溢れています。今月は、もちつき大会・クリスマス製作を予定しています。今年はコロナ禍により“我慢の年”でもあったかと思いますが、そんな状況下でも支援室の中には、暖かな親子の声をたくさん聞くことができ、嬉しく思います。来年もよろしく願いいたします。

< 12月の予定 >

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1 ㊦ 戸外遊び	2 ㊧ 栄養士講話	3 うきうきランド	4 ㊧ 栄養士講話
7 ㊨ 離乳食試食会	8 ㊦ 戸外遊び (滑り台)	9 ㊧ 新聞紙遊び	10	11 ㊧ 新聞紙遊び
14 ㊨ 製作 (寝相アート)	15 ㊦ 製作 (クリスマス)	16 ㊧ 製作 (クリスマス)	17 子育て支援イベント もちつき大会	18 ㊧ 製作 (クリスマス)
21 ㊨ 誕生会 段ボールで遊ぼう	22 ㊦ 誕生会 戸外あそび	23 ㊧ 誕生会・クリスマス会 クッキング	24 うきうきランド	25 ㊧ 誕生会・クリスマス会 クッキング
28	*園の都合により、予定が変更することがあります。詳しくはお尋ね下さい。			

今月のうた 「ジングルベル」
手遊び♪ 「とんとんとんとん ひげじいさん」
リズムック 「もちつき」

今月のおすすめ絵本
「メリークリスマス ペネロペ」
アッ・グットとグ・ルカ・ルソル・レ・ソによる本
NHK E テレにて放映されているアニメのクリスマスにちなんだしつけ絵本です！やじるしを動かすと…大人も楽しめる仕掛けがたっぷり☆

11月の活動の様子

本園の今井看護師が担当となり、「赤ちゃんケア相談会」を行いました。新型コロナウイルスに関することや冬に向けての感染症について、質問を交えながら、知識を深めることが出来ました。



園庭開放日 平日毎日10時～15時

子育て支援センター 各クラス10時～15時 持ち物：コップ・タオル

- * ㊨ベビーキッズ(4ヵ月～1歳6ヵ月位のお子さん)
- * ㊦キッズランド(1歳～4歳位までのお子さん)
- * ㊧プレイルーム(親子参加型保育)登録・通年制(途中入会可)(1歳6ヵ月～4歳位まで)入会プレゼントあり
- * うきうきランド 無料にて開催：毎週 木曜日

冬のお楽しみイベント“もちつき大会”について

昔ながらの薪でもち米を炊き、杵(きね)つきをします。子ども用の杵も用意しますので親子で体験して下さいね。その後は、ついたおもちをみんなで食べましょう♪野菜たっぷりの豚汁も用意しますので、冷えた体と心も温まる時間をお腹いっぱいにして一緒に過ごしましょう♪多くの皆さん方のご参加お待ちしております!!お楽しみに!

日時：12月17日(木)10時～12時

持ち物：お箸・お椀(親子分)

参加費：500円



ベビーキッズ

手型・足型のアクセサリ入れ



キッズランド

ありがとうメダル



プレイルーム

ゆらゆら似顔絵

今年度は母の日のプレゼント製作が出来なかったため、勤労感謝の日に合わせて、各クラスにて、それぞれ可愛らしい感謝のプレゼントを作りました。

子どものお昼寝はなぜ必要?

具体的に睡眠時間を見て見ると、新生児は15～17時間、生後7ヵ月前後で11～14時間、3歳で11～12時間、学童期で8～10時間と減っていき、夜の睡眠で足りない分を昼寝で補っていることとなります。そして非常に大切なのは眠りの質。そのためにお昼寝の位置づけを考え、就寝前に心が高ぶったり目が疲れやすくなることは避けましょう。

- ・夜9時には就寝し(理想)、朝7時前後には起床していますか
- ・体を使った活動ができていますか
- ・寝る前にテレビやDVD、スマートフォンなどの画面を見させていませんか

たかが昼寝、されど昼寝。小さな子の眠りに振り回されるのが現実ですが、毎日規則正しいリズムで過ごさせるのは難しいものです。お昼寝の時間や回数をあまり気にせず、「元気に体を動かして食事をしっかり摂ることができる」生活をイメージしてそこに近づくよう過ごしていれば、そのお子さんに合った睡眠リズムが育まれていくと思います。

引用 <http://allabout.co.jp/gm/gc/458625/> (一部抜粋)

