



クーちゃんだより

R 5年9月
クッピー
乳児園
898-5657

プールを満喫した子どもたち！9月からは本格的に運動会練習が始まります。「みんなが見に来るよね〜♪」と言いながら張り切って練習を頑張っています！
新年度も半分近く過ぎて、子どもたちの成長を感じる今日この頃です。
まだまだ暑さが続きますので、健康管理に気をつけながら活動に取り組んでいきます。

9月の予定

- 1日(金) 夏祭り
- 7日(木) 避難訓練(水害)
- 11日(月) お弁当会
- 13日(水) リトミック
- 15日(金) 敬老お招き会
(うさぎ組のみ)
- 21日(木) 身体測定
- 18日(月) 敬老の日
- 28日(木) お誕生日会
- 23日(土) 秋分の日
- 27日(水) リトミック

今月のうた

- ・月
- ・うんどうかいのうた
- ・とんぼのめがね
- ・おおきなわ

※10/21(土)は、運動会を予定しています。
詳細は別紙にてお知らせいたします。



敬老の日

9月の第3月曜日は「敬老の日」です。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」として定められました。また、15日から21日までが「老人週間」とされています。
おじいちゃんおばあちゃんに感謝の気持ちを伝え、一緒に楽しく過ごしましょう。

子どものより良い睡眠のためのポイント



子どもの睡眠は大人と同じではなく、年齢に応じた睡眠時間を確保するためには、早めの就床が必要です。保護者が自身の睡眠習慣を意識することで、子どもの良好な睡眠習慣を確立することができるのです。
◎1~3歳の睡眠時間は11~12時間程度となり、ほぼ夜間に睡眠をとるようになります。

保護者のインターネット依存傾向は保護者の睡眠を障害するのはもちろんのことですが、それを通じて子どもの睡眠に影響する、ひいては情緒・行動面にも影響することがわかってきました。情報通信機器が生活の身近にある中で、どれくらい使っているかあまり意識なくなってきました。まずは、保護者の方自身が、どれくらい情報通信機器やインターネットを使っているかをチェックしてみましょう。

同じ光の明るさでも、大人よりも子どもの方が光を感じやすいことがわかっています。
光の照度は、スマートフォンの画面を暗くしたりナイトモードに設定することでおさえることもできますが、子どもは大人よりも光の影響が大きいことに注意し、寝る前の時間帯にはこれらの画面を見ることを避けるようにしましょう。

参考文献：厚生労働省 未就学児の睡眠指針



子どもの姿

★ひよこ組★

台風や体調不良によってプールの回数は少なめでしたが、入る時にはたっぷり水遊びを楽しんだひよこ組さん！そして、先月から歩けるようになったお友だちや少しずつ歩き始めているお友だちが増えてきました☆
安全に配慮しながら、手押し車を出したり、歌や声かけを通して、楽しく歩く練習ができるようにしていきますね！

★りす組★

先月、最後のプール遊びでは、ほとんどの子どもたちが参加し、楽しく過ごすことができました。
今月は夏祭り運動会に向けての活動が多くなります。
まだ暑さがきびしく、体調を崩しやすい時期ですので、体調に留意して過ごしましょう。

★うさぎ組★

8月は子どもたちが大好きなプールをたくさん楽しんだうさぎ組さん。
絵本『もったいないばあさん』を気に入って見ていたので、夏祭りは『もったいないばあさん音頭』をみんなで踊りますよ♪
9月は敬老会の歌や踊りも日々楽しみながら練習も頑張っています。