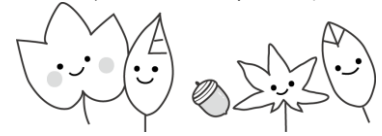


11月の学年のねらい

毎月指導をする上で大切にしていることをお伝えします。

☆ことり組☆

- 腕まくりをして手を洗うこと、手洗いを丁寧に行うこと、手の水気をきることなど、なぜそれをするのかという意味が分かり、取り組もうとする。
 - 絵本や手遊びのイメージで自分なりに動いて遊ぶことを楽しむ。
 - 教師や友達と身近な自然物（種、実、落ち葉など）に触れたり、集めたりすることを楽しむ。
- ♪今月のうた おちばのおどり



☆かもめ組☆

- 所持品や学級のみんなで使うもの（遊具、製作材料）を丁寧に扱おうとしたり、片付けて整うことの心地よさを感じたりする。
 - 気の合う友達と遊ぶ中で、自分の思いが伝わるうれしさを感じたり、相手の思いに気付いたりする。
 - 友達と一緒に遊びのイメージや絵本のストーリーを共有し、言葉でやりとりしたり、自分なりの表現をしたりすることを楽しむ。
- ♪今月のうた ふゆじたく

☆いるか組☆

- 気候に合わせて自分で衣服を調節する、鼻をかむ、シャツをしまうなど、身なりを整えることに必要感をもち、自分で気付いて取り組もうとする。
 - 共通の目的に向かって友達と考えを出し合ったり、その中で自分の力を発揮したりしながら、学級のみんなで一緒に活動を進める充実感を味わう。
 - 秋の自然物や栽培物に関心をもち、気付いたことを友達と伝え合ったり、集めた物を工夫しながら遊びに取り入れたりすることを楽しむ。
- ♪今月のうた まっかな秋

<避難訓練> 2日(月) 雨天時 9日(月)に延期

今月はお台場学園と合同の地震を想定した訓練です。災害時に、教師の話をよく聞き、落ち着いて避難できるよう指導します。例年、雨天時はお台場学園体育館に避難していましたが、感染症予防のため雨天時は延期とします。

家にいるときに大きな地震が起きたら、家の中のどこでどのように避難すればよいか、ご家庭でも、お子さんと話し合っておきましょう。

<安全指導> 5日(木)

気候の変化により、風邪をひきやすくなる時期です。外遊びの際には上着を着用します。気温や活動に合わせて衣服の調節をすることを学年の実態に応じて知らせます。詳しくは担任よりお伝えします。

またてくてくデー等で園外に出掛けることもあります。横断歩道の渡り方や、幼稚園の周りで安全のために気を付けた方よい箇所について知らせ、子供たちが自分で考えて気を付けられるようにしていきます。



<親子ピカピカデー> 5日(木)

例年は全学年、親子で海辺のごみ拾いを実施していましたが、今年度は感染症予防のため、いるか組のみ、降園前に親子で集まり実施します。いるか組保護者の方は、13:40にお台場学園校庭トイレ前に、ゴミを入れる袋を持参し、お集まりください。(必要な方は軍手等をお持ちください。)

かもめ組、ことり組は、各ご家庭で、自分たちの住む街に愛着を感じ美化について話し合ったり、登降園時に通園路のゴミを拾ったりする日にしましょう。

<幼稚園カウンセラー相談日> 6日(金)、20日(金)

相談のある方は、担任または主任まで気軽にお知らせください。子育てや保護者の方ご自身のことなどを相談できます。

<特別支援アドバイザー来園日> 13日(金)

子供たちの様子を見ていただいたり、教員が幼児の発達について学んだりします。

<港区研究奨励園 研究発表会> 12日(木)

本園は、港区より研究奨励園として指定を受け、令和元年度より「人も自分も大切にするにじっ子の育成～『道徳性・規範意識の芽生え』から見る評価の工夫～」を研究主題に、研究に取り組んできました。この日は、区内外の教員や教育関係者等をお招きし、研究発表会を行います。降園時刻の変更にご理解ご協力をお願いいたします。

研究内容につきましては、後日リーフレットをお渡しします。

<就学時健康診断> お台場学園港陽小学校 19日(木)

いるか組のお子さんは、お住まいの学区の就学時健康診断を受けます。詳しくは、区からの案内等をご覧ください。

19日がお台場学園港陽小学校の就学時健診です。13:20にお台場学園校庭トイレ前付近に迎えに来てください。10月に実施した耳鼻科検診と眼科検診で、受診のお願いの用紙をもらったお子さんは、この日までに受診を済ませておきましょう。

<誕生会 11月生まれ> 20日(金)

* 誕生児の保護者の方には、担任から招待状をお渡しします。ご出席ください。

* 時間と場所	かもめ組	9:20～	みんなの部屋
	いるか組	11:00～	みんなの部屋
	ことり組	13:00～	ことり組保育室



<にこにこクラブからのお知らせ>

○ にこにこクラブ12月分一時利用申込み

申込期間 11月2日(月)～5日(木) 8:50～16:45 *電話での申込みはできません。

*申込み票に利用希望日を記入して、職員室受付台のポストに入れてください。

*申込み期間を過ぎてても随時申込みが可能です。(その場合は先着順での受付となります。)

抽選日 11月6日(金)

*申込み者が定員を超えた場合、抽選を行います。

*抽選の結果は、お渡しする「サポート保育申込み票」の「申込み状況」をご確認ください。

◎定員に達し利用できない場合にも、「申込み状況」にキャンセル待ち番号を書いて返却します。

キャンセルが出た場合はキャンセル待ちの番号順に利用可能のお知らせをします。

◎初めてにこにこクラブを利用される場合は、申し込みの前に必ず担任にご相談ください。

◎前日の申込みまたはキャンセルは、申込み票をポストに入れずに、主任または職員室職員に直接お渡しください。利用の可否をその場でお知らせします。

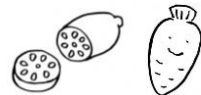
一時利用券の販売について

下記の時間帯に販売を行います。安全管理上、お子さんを送った後、または、お迎え前をお願いします。

[販売時間：毎週木曜日 9:00～11:00、13:15～13:45]



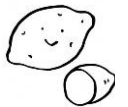
旬の根菜を食べて、体ポカポカ風邪知らず!



お店には一年を通して並んでいる根菜ですが、根菜の多くは秋から冬にかけて旬を迎えるものが多く、栄養素の含有量も多くなります。例えばニンジンに含まれるカロテンで言えば、夏と冬では2.5倍もの差があるそうです。また、根菜類は、食べると血行をよくし、代謝をアップさせる「内側から体を温める野菜」であることで知られています。寒くなってくる季節、旬の根菜を取り入れて、体ポカポカ、風邪知らずのじっ子になりましょう。鍋やスープにすると、水溶性のビタミンや食物繊維も効率的に摂取できます。いつものお味噌汁に根菜を加えて具だくさんのお味噌汁にしたり、油で揚げてチップスにしたり、根菜はいろいろな調理法でおいしくいただくことができます。ぜひ試してみてください。

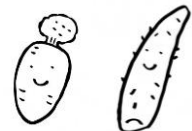
★秋冬が旬の根菜★

ニンジン、ダイコン、カブ、レンコン、ゴボウ、サトイモ、サツマイモ、ナガイモ、クワイ



★根菜が体を温める野菜といわれる理由★

- ・根菜の豊富なビタミンは、血行を促進させ、毛細血管が弱らないように保つ作用がある。
- ・根菜の多くが夏に旬を迎える野菜より水分が少なく、体を冷やさない。
- ・豊富なミネラルが血液や筋肉を作るたんぱく質の働きを助ける作用がある。



★栄養を効果的にとる方法★

- ◎ニンジン…皮の近くには、抵抗力を高めるビタミンAのもと、βカロテンがたっぷり含まれています。よく洗って皮はむかずに、βカロテンの吸収を高める油で調理するのがおすすめです。
- ◎カブ、ダイコン…根の部分はもちろん、葉の部分も栄養が豊富です。葉には、風邪を予防するビタミンCやカルシウムがたっぷり!漬物にしたり、じゃこやベーコンと炒めてふりかけにしてもおいしいですよ。
- ◎ゴボウ、レンコン…「あく」には抗酸化作用のあるポリフェノールが含まれています。あく抜きをすると、抗酸化作用だけでなく、香りやうまみも逃げてしまいます。あく抜きをせず調理するか、あく抜きする場合もできるだけ短い時間にとどめておくのがおすすめです。
- ◎サトイモ…さといものぬめりには胃を保護したり、肝臓や腎臓の機能を高める成分も含まれています。皮を剥いたら洗ったり塩もみしたりせず、ぬめりが残ったまま調理しましょう。