



山の木々も少しずつ色づき始め、秋の深まりを感じるようになりました。朝晩は肌寒いものの日中は過ごしやすい日も多く、子ども達は戸外で体を動かして遊ぶことを楽しんでます。

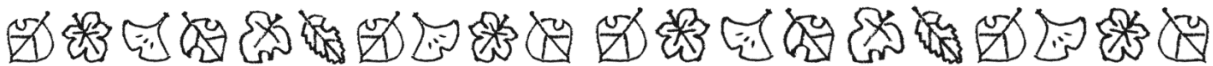
園庭遊びでは、ご飯を作ったり、秋の虫を探したりして元気いっぱい遊ぶ姿が増えてきています。芝生のお山の上を靴下を脱ぎ裸足で走り回ったり、ごろごろ～と転がったりして遊ぶのが最近のりす組さんのブームです。

肌寒くなり、風邪をひきやすい時期です。今から薄着の習慣を身に付けたり、好き嫌いをしないバランスの良い食事や十分な睡眠をとる大切さを伝えたりして、健康に過ごせるようにしていきたいと思えます。



秋の遠足♪

先日、秋の遠足で流公園まで行ってきました。自分で作ったお散歩バッグを持ちルンルンの子も達！！公園に着くと「どんぐりあった！」「このはっぱおおいね～」と秋の自然に触れながら散歩バッグから葉っぱが溢れるくらい秋見つけをしました。園に帰り待ちに待ったお弁当タイム！とても嬉しそうにニコニコ笑顔で食べる子ども達でした。愛情たっぷりのお弁当ありがとうございました。



薄着で過ごす習慣を身に付けましょう！

風邪を引きにくい丈夫な体作りをするために、冬に向かうこの時期から薄着を心がけたいですね。薄着で過ごすことで、皮膚が外気に触れて寒さを知り、適温能力を高め、体に備わっている調節機能も高まっていきます。カーディガンなどの上着を羽織り、調節のしやすい服装での登園をお願いします。フードは引っかかるなどして危ないので、フードの付いていない上着を用意して頂くようご協力をお願いします。園ではフードが付いている場合は、中に閉まって上着を着ています。