



# 11月 りすぐみだよ!

朝夕の寒さが厳しくなり、園庭にも落ち葉が舞って秋の深まりを感じるようになりました。子どもたちは、園庭遊びが大好きで外で遊べることが分かれると「お外いけるの～？やったー！」とジャンプしながら喜ぶ姿を見せてくれます。

園庭に出ると、葉っぱや木の実を使ってご飯を作ったり、秋の虫を探したりして元気いっぱい遊ぶ姿が増えてきました。芝生のお山の上を走り回ったり、ジャンプ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、バランスの良い食事や十分な睡眠がとれるようにし、健康に過ごせるようにしていきたいと思います。



先日、秋の遠足で流公園まで行ってきました。

お友だちと手を繋ぎ二列で上手に歩くことができ、成長を感じました。公園に着くと「おっきいはっぱみつけた!」「どんぐりあったよ～」と秋の自然に触れながら秋見つけを楽しみました。園に帰り待ちに待ったお弁当タイム♪とても嬉しそうにお弁当を食べる子どもたちでした。**愛情たっぷりのお弁当、ありがとうございました!**



## 厚着になっていませんか？

朝晩はずいぶん寒くなり気温差が激しくなりました。寒くなると厚着になっていませんか？子どもたちは元気に走り回ったり、集団遊びを楽しんだりして体を動かしています。厚着をしていると汗をたくさんかき、汗が冷えると風邪をひく原因にもなります。重ね着などで衣服が調節できるようにし、日中は薄着で過ごせるようにしていきたいですね。

