



# おひさまルーム通信

角館こども園  
文責

No. 4  
小原



季節の移り変わりは早いものですね。秋も終わりに近づき、冬の足音が聞こえてきそうです。

先月行われた運動会にはたくさんのお友達が参加してくれました。ディズニーの風車にまっすぐ走っていく子、音楽に合わせてずっと踊っている子、かけっこを続けている子…と楽しんで参加してくれている姿がとても嬉しかったです。

一雨ごとに寒さが増してきますが、体を動かしたりクリスマスリースを作ったり楽しんで行きたいと思います。遊びに来て下さい。お待ちしております。



カワイ体操教室



いつも一緒に仲良し♡



運動会



## 薄着の基礎知識

健康的に、快適に、動きやすく！

子どもは薄着が良いと言われますが、むやみに薄着にすると、0,1,2歳の小さな子どもには負担がかかることもあります。薄着にこだわるよりも、衣類をこまやかに調節し、快適に、元気に過ごせるように注意することが大切です。

暑さ・寒さの影響を受けやすい小さな子どもは、厚手の衣類を1枚着るよりも、ベースを薄着にしておいて、寒ければ重ねて着る、暑ければ脱ぐといった具合に、こまめに調節することで心地よく過ごすことができます。

### Q1 子どもは寒がり？暑がり？

A 子どもの体は熱くなりやすく、冷えやすい。だから衣類をこまめに調節しましょう。

### Q2 おすすめコーディネートは？

A 「厚い上着」より「重ね着」で活動的に過ごしましょう。

### Q3 子どもの「暑い」「寒い」を早くキャッチするには？

A 様子をよく見て変化に注意しましょう。  
「汗をかく前に脱がせ、体が冷え切る前に着せる」のが基本です。おむつがぬれて冷える感があります。こまめに点検しましょう。

## ~12月の予定~

6日(火)みんなで遊びましょ♪  
お友達と一緒に遊ぼうね

13日(火)ぽ〜んぽ〜ん！  
ボールや風船で遊びましょ

20日(火)楽しく作ろう！  
クリスマスリース☆



## 魔法のことば

「誉めてあげれば、子どもは、  
明るい子に育つ。」

親の誉め言葉は子どもの心の栄養  
となります。

さまざまな困難にぶつかった時、親  
に誉められたことが心の強い支  
えになります。

たくさん誉めてあげましょ♡

~子どもが育つ魔法のことば~  
ドロシー・ロー・ノルド~より

