

１１月　げんきっこだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和８年１１月１日　中有馬保育園

涼しく、時には冷たい風も吹いて、秋が深まってきました。子どもたちは園庭や散歩に出て、戸外遊びを満喫しています。乳児クラスのみんなで遊ぼう会や幼児クラスのげんきっこフェスティバルが終わり、次は「げんきっこスポーツデー」です。親子で楽しめるよう準備をすすめています。

《お知らせ》

●４日（水）は害虫駆除を予定しています。
業者が来て各クラスに散布します。人体には害のない薬ですが、気になる方は衣類を袋にいれる等対応をお願いします。

●國學院大學の学生が実習に来ます。
（１１月９日（月）～１１月２１日（土））

●県立川崎北高校の学生が保育見学に来ます。
（１１月１９日（木））

●「げんきっこスポーツデー」が、１１月２８日（土）に開催されます。対象は３、４、５歳児です。詳しくは配信されるお便りをご確認ください。

《おねがい》

●寒暖差の激しい季節です。その日の気温や体調に合わせて衣服の調節をしています。
調節しやすい衣服の補充と厚手過ぎない衣服のご用意をお願いします。

●持ち物の記名が薄くなっている場合があります。定期的に確認を行いはっきりわかるように書いてください。

●駐輪は門の中に止めていただけますよう、お願いします。

日	曜日	《１１月の予定》
１	日	
２	月	芋ほり（ひまわり組）
３	火	文化の日
４	水	害虫駆除
５	木	保育まつり（ひまわり組）
６	金	
７	土	パパとわくわく遊ぼうデー
８	日	
９	月	
１０	火	雨天芋ほり予備日（ひまわり組）
１１	水	
１２	木	親子でランチ　園医健診　スマイルタイム
１３	金	
１４	土	
１５	日	
１６	月	
１７	火	
１８	水	
１９	木	遊びの広場　川崎北高校保育見学
２０	金	
２１	土	
２２	日	
２３	月	勤労感謝の日
２４	火	
２５	水	親子でランチ
２６	木	おはなし会
２７	金	
２８	土	げんきっこスポーツデー
２９	日	
３０	月	

感染症の状況により、行事などの日程や実施方法が変更になることがあります。
◉身体測定、防災訓練は毎月行います。

イラスト出典：メイト

名称が変わりました！

げんきっこスポーツデー

１１月２８日（土）は３・４・５歳児対象で行う「げんきっこスポーツデー」です！「親子でげんきっこフェスティバル」同様、名称が変わって第１回の開催となります。げんきっこスポーツデーに込めた思いを掲載させていただきます！

どういう行事なの？

もともとの名称は「運動会」です。子どもたちが普段楽しんでいる運動遊びを「見てもらう」だけでなく「一緒に楽しむ」ことをもっと伝えていきたい！という思いから、今年度より名称を変えました。

どうしてこの時期なの？

近年の９月まで続く暑さで園庭に出られない日が続いたこともあり、室内で行う「フェスティバル」と園庭で行う「スポーツデー」の時期を今年度は入れ替えました。子どもたちは秋の心地よい気温の中、のびのび運動遊びを楽しんでいます。

保育者と子どもたちの思い

「フェスティバル」も「スポーツデー」も各クラス、子どもたちと一緒に作り上げています。子どもたちに「どんなことをしたい？」と聞いたときに必ず出てくる言葉が**「ママとパパ（おうちの人）と一緒にやりたい！」**です。子どもたちの思いを実現させ、親子でキラキラな笑顔で楽しむ時間にしたい！というのが私たち保育者の思いです。ここ数年で子どもたちの成長を肌で感じてもらうために**「一緒に楽しむ」**行事形式に進化しました！今年度も子どもたちと保護者の皆さんと一緒に「げんきっこスポーツデー」を作り上げていけたらと考えています。

フェスティバルで感じたように、おうちの人と一緒に遊ぶ子どもたちの笑顔は本当に輝いています。子どもたちの頑張る意気込みとともに一緒に楽しんでもらえたらと思います。

★各クラス絶賛準備中～！どんなことを楽しみたいか聞いてみました★

ちゅうりっぷ

幼児クラスになって初めてのスポーツデーです！普段の運動遊びを通してちょっとした冒険に出かけようと思います…。おうちの人と一緒に遊んで、触れ合って、かわいさ全開！笑顔いっぱい！の楽しい時間にしましょう！

ばら

秋の遠足で忍者見習いとなり、修行をすることになったばら組。子どもたち、そして保護者の皆さんも一緒に忍者の修行を極めていきたいと思います！果たしてどんな修行が行われるのでしょうか？お楽しみに♪

ひまわり

どんな事に挑戦したいのかを皆で考え合うとたくさんのやりたい！があがりました。太鼓、リレー、大縄跳び、一人縄跳び、上り棒。そしてお家の人と一緒にやりたい！と。最後の運動会(スポーツデー)は頑張りと楽しさ両方取りで存分に満喫しましょう。

イラスト出典：メイト



１１月　ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和８年１１月１日
中有馬保育園

朝や夕方は涼しくなり、空気も乾燥してくる時期です。気温に合わせて衣類で上手に体温調節を行い、保湿などのスキンケアを取り入れながら、肌トラブルを予防していきましょう。

【スキンケア】

空気が乾燥する季節になりました。乾燥すると肌がカサカサして、かゆみや湿疹などの肌トラブルが起こりやすくなります。毎日のスキンケアでお子さんの肌を乾燥から守りましょう。



◎子どもの肌が荒れやすい

子どもの肌は大人に比べてバリア機能が未熟なため、乾燥が進むとバリア機能が失われ、肌あれも進み、あかぎれ、発疹などできやすくなります。

★おうちでできるスキンケア★



●清潔にする

入浴後は体をゴシゴシこすらず、石けんをよく泡立てて、泡で撫でるように優しく洗いましょう。

●保湿する

お風呂あがりは肌の水分が失われやすくなります。保湿剤は入浴後できるだけ早めに塗り、うるおいを保ちましょう。

●肌への刺激を少なくする

衣類は肌触りの良い綿素材がおすすめです。化学繊維は刺激となり、かゆみの原因になることがあります。

【予防接種について】

川崎市では、令和８度９月末現在、麻疹が２８件報告されています。園児の予防接種歴の把握のため、コドモンで６月に送信されている予防接種アンケートを未送信の方は、送信していただきますよう、お願い致します。

【先月の感染症について】

先月は、インフルエンザＡ型が数名確認されました。川崎市内でも例年より早めの流行が確認されています。引き続き園内に入る前、出た後には手洗いをお願いします。



≪インフルエンザについて≫

潜伏期間：1～4 日間（型によっても異なる）
症状：38 度以上の高熱、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、急激な体調不良
感染経路：接触感染、飛沫感染
検査に適した時期：発熱後 12 時間～48 時間
療養期間：発熱後５日を経過し、かつ、解熱後３日を経過するまで

・解熱後も咳や鼻水が続くことがありますので、しっかり休養することが大切です。抗インフルエンザウイルス薬の服用については、適切な時期（発症から 48 時間以内）に開始すると、発熱期間は通常 1～2 日間短縮され、鼻やのどからのウイルス排出量も減少すると言われています
予防接種について：接種を受けて抗体ができるまでに２週間かかります。１２月頃までには受けておくと安心です。

【次回の園医健診】
１１月１２日木曜日にこども元気！内科クリニックの手塚先生が来園予定です。

イラスト出典　メイト、いらすとや

11がつ　きゅうしょくだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和８年１１月　中有馬保育園

旬の食材と献立

●ブロッコリー

旬は１０月から３月です。川崎市内でも多く生産されている野菜で、この時期には畑で栽培されている様子を見ることができます。

塩ゆでにするだけでもおいしいブロッコリーを、今月の給食では人参やコーンと合わせた「彩り野菜のピクルス風」、「おかか和え」でいただきます。



献立の紹介

- 新米がおいしい季節です。おやつでも新米の味を楽しめるように取り入れました。
  ・胡麻塩おにぎり　・青のりごはん
- 新献立の「オレンジクッキー」は、マーマレードを練りこんだクッキーです。アレルギーに配慮して、卵や乳製品を使わずに作ります。



箸マスターへの道のり

「箸」は日本の食文化を支える大切な道具のひとつです。
正しい持ち方を身につけることで、食べ物を上手につまんだり、きれいに食べたりすることができます。
実は　“箸マスター”への道は、箸を持つ前からスタートしているのです！

START

手づかみ食べで食べ物を口に運ぶことができる



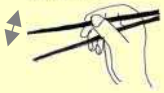
上からのにぎり持ち



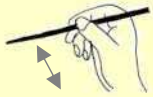
下からのにぎり持ち



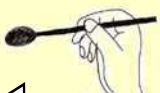
箸を２本持ち、上の箸だけ動かせるようになる



箸を１本上下に動かせるようになる



３点持ち



親指・人差し指・中指の３本の指で支えます。

食事のときに時々使ってみる

箸を使ってごはんを食べる



箸のマナーをおぼえる

GOAL

手指の発達や本人の意欲に合わせて無理なく進めていきましょう。