

# るんびに一通信

## 11月号

令和5年11月1日 常念寺保育園 地域子育て支援センター「るんびに一園」

夏から一気に秋の空気に変わり、天気がいい日はとても過ごしやすくなりましたね！  
コスモスの花も見頃を迎え、山の木々も少しずつ緑から黄色、赤に色づきはじめ、実りの秋はまだまだこれから♪  
るんびに一園のお庭にあるどんぐりの木は、今年もちょっぴり実をつけておりました！昨年と比べると少なめではありますが、ぜひ遊びに来た際はどんぐりの木の観察も楽しみましょう♡ご来園お待ちしております。  
寒暖差が大きい季節ですので、体調にはお気をつけて充実した秋を思い切り楽しみましょう★

### るんびに一園 ご利用案内

- ♥生まれて間もない10歳～未就学児のお子さんがご利用できます♥  
出産を控えている方も、ぜひお気軽にお立ち寄りください♪
- ※遊びの開放日…毎週火曜日～土曜日 9時～15時
- ※日曜日・祝日・月曜日の開放はお休みです。
- ★感染症など気になる方は、マスクを着用してご利用ください。
- ★昼食やおやつ類などの摂取はできません。水分補給はできます。
- ※園庭・なかよし広場の開放…自由開放しています。休日も開放しています。遊びの開放日にお越しの際は、るんびに一園で受付をお願いいたします。
- ※大型遊具もありますので、ケガや事故のないようお子さんから目を離さないように遊んでくださいね。
- ※絵本の貸し出し…一人につき5冊まで2週間貸し出し
- ※駐車場…まーや園前・本園前の駐車場をご利用ください。
- ※ホームページ…毎月更新されています。是非ご覧ください♡
- ※お子さまや家族の方に風邪症状がある時・本人や家族が検査などのため自宅待機中の方・本人や家族が通園・通学している施設が臨時休園、休校となった方は、ご遠慮下さい。

### \*育児相談\*

月曜日～土曜日9:00～17:00

心配事やお困りの事など気軽に話してみませんか？子育ての事だけでなく発育・発達や健康の事、食事や離乳食、しつけ等々…何でも質問、相談してみてください。また、これから出産を控えている妊婦さんも、ゆっくりお話ししながら息抜きしませんか？専門員・栄養士・看護師・保育士が対応致します。  
まずは第一歩！電話でもメールでも行っています。気軽に話しかけてみて下さいね。

### ほけんだより

「薄着で元気！」

寒い時期だからこそ薄着で皮膚に刺激を与えましょう。子どもの体は熱くなりやすく、冷えやすいのです。「厚い上着」より「重ね着」で衣類をこまめに調整して活動的に過ごしましょう。

#### ♡肌着は綿がオススメ♡

保湿性と吸収性を考えて、綿100%のものがおすすめです。重ね着しても、肩の動きを妨げないランニングシャツ型や半袖型が良いでしょう。

#### ♡よく伸びて動きやすい物を♡

伸縮性があり、腰回りやひざを動かしやすいスポンを。裏起毛の素材は暖かすぎる場合があるのでなるべく避け、着ているときは汗をかいていないか、チェックしましょう。

#### ♡薄手の重ね着♡

重ね着すると厚手のものより保湿性が高まります！

#### ＜ポイント＞

- ・赤ちゃんの全身の動きが増えるまでの生後6か月未満の子は、大人と同じか大人より1枚多めに・・・
- ・全身の動きが大きくなってきた生後6か月以上の子は大人より1枚少なく！

参考文献 ほけんだより Gakken 文責 准看護師 堀 美香



## 11月あそびのプレゼント Day の予定

日時	テーマ・内容
1日(水) 10:00～ 	<b>秋のお散歩「秋探し&amp;南部児童館でお話し体験会」</b> 栗拾いやドングリ探しなど実りの秋は体験済みですか？みなさんと一緒にどんぐり探しを体験してみませんか？お寺さんの境内や中庭にお邪魔して秋の宝物探しを楽しみましょう。また、秋探しのあとはみなさんでお散歩がてら南部児童館まで歩き、お話し会に参加してみよう♪「特別ゲスト」を招いてのお話し会でしたので、どうぞお楽しみに★ ♥持ち物…帽子・必要な方は抱っこ紐・飲み物・各自必要なもの ★大雨の時は延期します。(日程は未定ですが、天気のいいときに再チャレンジしたいですね♪)
11日(土) 9:30～ 	<b>るんび DE ランチ 食育講座「ちょこっとミニクッキング」</b> 今回は、るんびに一を出て第一学区のコミセン2階をお借りして「ちょこっとミニクッキング」を開催します。作ったあとは、完成品をみなさんと頂きます♪クッキングメニューは「手打ちうどん」です。ご参加お待ちしております。 ♥持ち物…親子各自エプロン・三角巾(かぶれるお子さん)・お子さん用の食事エプロン(必要な方)・飲み物など各自必要なもの ★「ちょこっとミニクッキング」時間帯は、るんびに一園はお休みとなります。13時頃～ご利用できます。
21日(火) 10:00～ 	<b>育児講座「冬の感染症」&amp; 発育測定・保健相談「おおきくなったね」</b> 冬を迎える季節となりますが、乾燥や寒暖差で体調を崩しやすくなりますよね。そんな冬を元気に乗り越える方法や寒い時期に流行しやすい感染症について常念寺保育園看護師がお伝えします。また育児講座後は発育測定を行いますので、お子さまの成長過程などゆっくりお話ししましょう♡ ♥持ち物…バスタオル・発育測定カード(2回目以降の方)
25日(土) 10:00～ 	<b>るんびに一シネマ館「映画観賞会」</b> 秋といえば「芸術の秋」「運動の秋」「読書の秋」などなど、過ごしやすい季節にやってみたいことはいっぱいありますよね。 るんびに一で「映画の秋」を親子でゆったりと楽しみませんか？どんなお話があるかな？！お楽しみに♡おすすめの映画やリクエストがありましたら、遊びに来た際にお声がけください♪
28日(火)・29日(水) 9:30～ 	<b>11月製作遊び「幸せを呼ぶフクロウ」</b> ふくろうは幸せを呼ぶ不思議な鳥・・・ということで、みなさんにもたくさんの「幸せ」が訪れるように、製作遊びに取り入れます★お子様の写真を入れた製作となりますので、月齢が低いお子さん～誰でも気軽に参加できます。 ♥毎月取り組む製作遊びは、3月にまとめる予定です♪完成した作品は、それまでご家庭で保管をお願いいたします。 ♥製作遊びの日に参加できない方は、遊びに来た際にも作ることができます。お気軽にお声がけください♪

### ★るんび DE ランチ★

10月から芋煮会や給食体験会など食べて楽しむイベントを盛り込んでいます。より多くの皆様から「食」に興味をもって頂き、食べる体験ができる「るんびDEランチ」をはじめます！

“みんなで食べると笑顔もいっぱい♪” どうぞお楽しみに♡