

▲ あさぎだいだより



ようやく朝夕は涼しくなり、快晴の日は、天高く青空が広がりようやく秋らしくなりましたね。

子どもたちは、朝の澄んだ空気を吸い込んで、園庭遊びや散歩などの戸外活動を行い、落ち葉や木の実を拾 い、虫探しに夢中になる等、秋の自然に触れ親しむことを楽しんでいます。新しく設置した、アスレチック遊 具では、幼児クラスの子どもたちが意欲的に挑戦する姿を見て、2歳児クラスの子どもたちまでが、よじ登ろ うとしたり、潜り抜けようとしたり、積極的に遊ぶ姿が見られ、大人はヒヤヒヤしながら見守っています。

今月予定している運動会、「あさぎだいわくわくDAY」は、今年度も、善行小学校の体育館を借用するこ とができました。年齢に応じた、運動面での成長をご覧いただき、温かいご声援をよろしくお願いいたします。 大勢のご家族の皆様と共に楽しい運動会になるように、子ども達も、期待と緊張で胸も膨らんでいることでし ょう。親子の触れ合いを大切に、子どもたちと一緒に楽しく参加していただき、子どもたちの成長の喜びを共 有しながら、皆様で有意義なひと時を過ごしていただければ幸いです。

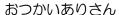
秋にはたくさんのお楽しみがありますね。実り、味覚、読書、運動等々、充実した秋にしたいですね。

園長 杉本 薫

今月のねらい

- ひとりひとりの健康に留意し、元気にすご せるようにする。
- ・ 秋の自然に触れながら遊ぶことを楽しむ。





~10月の予定~

- 7日 ワクワクデーリハーサル(善行小学校)
- 9日 お話し会(幼児)
- 10日 運動プログラム(幼児)
- 19日 あさぎだいわくわくデー(運動会)
- 23日 誕生会
- 25日 4.5 歳児遠足(大庭城址公園)
- 29 日 おにぎり散歩(3歳児)

そんな方にお勧めなのが、階段の上り下りで す。平均的な建物の階段だと、2階までの段 数は 13~14 段。1 日に5回階段を使えば 気が付かないうちに30~35回のスクワッ トをしているのと同じことになるそうです。 スクワットをそれだけ行おうとすると大変

スポーツの秋!!と言っても、日々の忙しい

生活の中で時間を作るのは難しい・・・とい

う方もいるのではないでしょうか?

に感じますが、複数回に分けた階段の上り下 りであればそれほど難しく感じないのでは ないでしょうか?

ご家庭や職場、通勤の際にぜひ試してみては いかがですか?

~11月の予定~

7日 地域交流 (運動遊び)

13日 お話し会(幼児)

20日 誕生会

21 日 運動プログラム(幼児)

27日 交通安全指導(幼児)

この時期は子ども達も食欲旺盛!! 給食を配膳していると、「今日の給食は 何?」「何ていうお魚?」「このご飯、好 き!」等、寄ってきます。たくさん食べて 力をつけてもらいたいと思います。