

# 12月の園だより

## 《園長の言葉》

師走に入り、しだいに寒さが厳しくなっていくようですが、夜空を見上げると空気が澄み、星の一つひとつがキラキラと輝き、宝石箱の中にいるようです。時には防寒対策をしっかりして、子どもたちとこの時季の夜空を眺め、癒しのひと時を過ごしてみてはいかがでしょうか。

さて、6月の園だよりに、熱中症にならないように体を暑さに慣らせる“暑熱順化(しょねつじゅんか)”について述べましたが、寒さに徐々に体を慣らすことを『寒冷順化(かんれいじゅんか)』と言うそうです。そのために必要なことが「運動」、特に“筋肉量を増やすトレーニング”が良いと言います。筋肉はそれ自体が発熱するので、筋肉量を増やせば寒さに強い体になるそうで、具体的には、少しハードですが、スクワット(立ちしゃがみ)や腹筋運動、腕立て伏せなどの運動が良いと言います。本格的な冬の到来に備えて無理のない範囲で鍛えてみてはどうでしょうか。(※一部『ウェザーニュース』参考)

インフルエンザ終息の兆しはまだ先のようですが、感染症対策には万全を期し、生活発表会本番には、お互いに良いコンディションで迎えることができるよう努めていきましょう。そして、来たる年末・年始を明るい笑顔で過ごしましょう。

令和7年度 認定子ども園竜光保育園 第726号

## 12月の行事予定

12月2日(火)竜光のんの広場(園開放)

4日(木)ダンス教室

9日(火)避難訓練

12日(金)生活発表会(祖父母の日)

13日(土)生活発表会(保護者の日)

15日(月)身体測定(未満児)

16日(火)身体測定(以上児)

〃 硬筆教室(桜組)

17日(水)~20日(土)個人懇談会(桜組)

18日(木)体操教室

20日(土)もちつき会

22日(月)硬筆教室(梅組)

23日(火)毛筆教室(桜組)

25日(木)誕生会

26日(金)合同礼拝

27日(土)終園

※英語教室は講師の体調不良によりしばらくお休みさせて頂きます。また、今月から体操教室を再開致します。

☆ 1月5日(月)始園

1月25日(日)北九州児童音楽祭(桜組)

勤労感謝の日  
地域訪問



## 《さくら組》

### クラスだより

生活発表会に向けて、少しずつ練習を重ねてきた子どもたち。劇や踊り、合奏と、友だちと一緒に協力しながら取り組んでいます。一人ひとりが、自分の持てる力を存分に発揮できるように、進めていきたいと思っています。寒くなる時季ですが、体調に気を付けながら、ドッヂボールやマラソン等、戸外でも積極的に体を動かして過ごしていきたいと思っています。



## 《うめ組》

発表会に向けて、友だちと一緒に練習に励んでいます。できる事が増えてくると「楽しい!」「できた!」等、喜んで伝えてくれます。秋から冬へと季節が変わっていくことを、子どもたちが感じ取れるよう、戸外遊びや散歩を楽しんでいきたいと思っています。



## 《もも組》

寒い日が続いているが、日々、生活発表会の練習を頑張っている子どもたちです。本番は、恥ずかしさや緊張が見られるかもしれません、練習の成果を見せられるよう、練習に励んでいきます。また、お餅つき等、冬ならではの行事も待っているので、楽しみながら過ごしていきたいと思っています。



## 《たんぽぽ組》

生活発表会に向けて、お遊戯や劇、歌や合奏等、その役になりきり、楽しみながら練習に励んでいる子どもたちです。本番では、たくさんのお客さんに緊張してしまうこともあるかもしれません、一生懸命に頑張る子どもたちにあたたかい拍手を頂ければと思います。



## 《すみれ1歳児組》

生活発表会に向けて、“リズム遊び”を楽しんだり、友だちと“お遊戯”を踊ることを頑張っている子どもたち。「もっかい(もう一回)」と言ったりするなど意欲的な姿が見られます。発表会の練習に力を入れつつ、冬の自然に触れながら戸外遊びや散歩を楽しみたいと思っています。



## 《すみれ0歳児組》

天気の良い日は園庭に出で、自然に触れながら季節の変化を感じられるように声をかけています。お部屋では、“伝い歩き”や“探索活動”を楽しみ、一人ひとりが興味のあるものを見つけて遊んでいます。芽生えだした興味や関心を大切にし、成長する姿を楽しみにしながら見守っていきたいと思います。

