

一段と日が暮れるのが早くなり、朝晩の冷え込みが晩秋の訪れを感じさせてくれます。
赤や黄色に色付いた木々が美しい季節になりました。「紅葉狩り（もみじがり）」
という言葉がありますが、「狩り」には、「眺める・鑑賞する。」といった意味もあるようです



11月8日は「いい歯の日」噛むことの効果

1. 肥満の防止

満足感・満腹感を感じて、食べ過ぎないようにできます。

2. 消化吸収がよい

小さくした食べ物と唾液がよく混ざるので、胃腸に負担をかけません。

3. 虫歯予防

食べると口の中は酸性になり、虫歯になりやすい状態になります。酸性た
のが唾液です。よく噛むことで、唾液がたくさん分泌されるようになります。

4. 記憶力アップ

脳細胞が刺激されて、脳の機能が活性化されます。



🍁 収穫の秋がやってきた 🍁

秋も深まり、園庭の木々や作物は実りの季節を迎えています。幼児クラスの子ども達を中心となり、収穫をしました。年長のさくら組は、木に成った柿に手を伸ばしクルクル回してねじったり、友達と「せーの」と声を合わせて引っ張り収穫を体験しました。おやつの時間に食べると「甘いね」と友達と顔を見合わせながら味わう姿が見られました。また、春から生長を見守ってきたお米の稲刈りも頑張りました。稲の中にお米を見つけて「本当にできてる！」と歓声をあげていた子ども達。初めての稲刈りは大変だったようで、汗を拭う仕草をしたり「頑張ったよね」と友達とお互いを褒め合う姿がありました。

秋のイベントである芋掘りには、幼児クラス全体で取り組みました。初めて参加した3歳児クラスのたんぽぽ組は、お芋のツルがとても長いことにビックリ！形や大きさが様々であることにも気付いて楽しんでいました。4歳児クラスのひまわり組は、一人では大きくて掘れないお芋を友達と協力して掘り、「みんなと一緒にできた」と喜ぶ姿がありました。年長のさくら組は、巨大なお芋を発掘したり一緒にカナブンの幼虫を見つけて皆で大盛り上がりでした。11月にはお楽しみみの焼き芋が待っています。熱々のおいしいお芋が待ち遠しい子ども達です。

