

「けやき楽校だより」10月

敬老を祝う会 9月20日

ご参加ありがとうございました

年齢を積み重ねてこられた方々は子どもにとって、大切な存在です。これからたくさん知識を伝えていただきたいと願っております。

今後も益々お元気な姿で来校していただきたく、日ごろの感謝と敬う気持ちで子どもたちと一緒にお待ちしております。

蒸し暑さの続く中、ご参加いただきありがとうございました。子どもたちも楽しい時間を過ごさせていただきました。ちょっぴり緊張しながらも「でたでた つきが」と「かが とんできた」をうたいました。「かが とんできた」は、あやとりあそびをしながらでした。このあやとりにはご参加の皆様にも興味をもっていただき、あやとりをやっていただきました。

ご参加下さった方から子どもたちの大好きな恐竜の絵本を英語と日本語で読んでいただきました。子どもたちはとても真剣な表情で聞いていました。心に残った良い時間だった事と思います。



でた～でた～
つきが～

照れながらもうた
ってくれた年長さん
でした

年長さんが作った
花束をプレゼント



健康体操 9月11日 講師—衛藤 裕氏

ご参加ありがとうございました

前月号の報告が前々月とダブってしまいました。大変申し訳ありませんでした。今年も暑い夏でした。8月は、外に出るのは要注意ということで、お部屋の中で出来る動きをしました。体全部を壁につけ、腕を横に伸ばした位置で肘を曲げて腕の上げ下げ。腰かけて背骨をまっすぐにして体をねじる。両腕を前に組んで前に引っ張られるようにのびし、背中には引っ張られながらも丸めて残す。腕を上げて下げ、肩甲骨を意識し胸を張る。常にどこを意識しているかが大事。それが体に効いてきます。9月も前半は残暑でしたのでしたので無理しないようにとのことでした。歩き方を意識することも転倒予防になるのでということで、踵をしっかりとついてもつま先をつくと同時に反対側の足が前に進み、踵を着く。この繰り返しは意識せずに行っていますが、股関節からしっかり前に出し、すり足になっていないかを時々、意識することも大切ですというアドバイスもいただきました。

わらべうた

大人が子どもと一緒に楽しむ手遊び

こめついたら はなそ
こめついたら はなそ
こめつけた

お手玉をつまんで持ち、もう片方の手の平の上で歌に合わせて突く。こめつけたでお手玉を頭の上ののせ、両手をひろげた上に落す。



『けやき楽校』

けやき楽校では、赤ちゃんから高齢者の方までが利用していただく「けやきひろば」を開設しています。

けやきひろばの開室曜日

毎週火曜日～金曜日

開室時間

10:00～11:30です

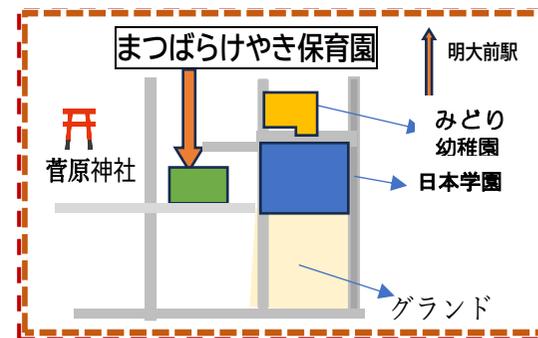
楽校ではワークショップや講座も計画していきます。地域の皆様を楽しめる楽校としていきます。「こんな講座があれば」「趣味を披露したい」など、何でも声をあげてください。皆様のご来校をお待ちしております。

10月 9日 健康体操

10月17日 ネイル講座

10月19日 体育ひろば(園行事)

地域コナ-もあります



連絡先

まつばらけやき保育園 (日本学園裏側)
世田谷区松原2-11-1
Tel 03-6304-3730 担当 梅澤

2024年10月「けやき楽校 けやきひろば」予定

まつばらけやき保育園

どうぞご利用ください

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 	2 	3 	4	5
6	7	8 	9 健康体操 	10 	11 	12
13	14	15	16 	17 ネイルカラーリング講習会 	18 	19 体育ひろば
20	21	22 	23 	24 	25 	26
27	28	29 	30 	31 体育ひろば 地域コーナーもあります。遊びにいらしてください		

11月の予定

グレーの塗りつぶしは、ひろばが休みの日です。基本以外の休みにつきましては、該当月のお知らせでお伝えします。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

11月の健康体操は、11月13日の予定です。

10月17日 ネイルカラーリング講習
10月19日 体育ひろば（松原小体育館）

今月は、事前申し込みの必要な企画があります。詳細は別紙をご覧ください。

お知らせは、世田谷区社会福祉協議会のメルマガと園のインスタからもみられます。

けやきひろばの開室時間は、10時から11時半です。

開室曜日は、火曜日から金曜日の週4日です。

「けやき楽校 けやきひろば」は、赤ちゃんから高齢者までどなたでも利用できるひろばです。赤ちゃんが遊んでいる近くに高齢者もいて、赤ちゃんから癒しをいただけます。お子さんが、ひろばに慣れてきて、お母さんが離れても遊べるようになりましたら、講座に参加することも可能です。

お部屋全体を使う講座の場合は講座のみとなる場合もあります。その都度、お知らせさせていただきます。現在、定例は健康体操です。体操は、お部屋の広さの関係で人数を限定させていただいております。ご希望の方は、空き状況を電話でお問い合わせください。

子どものスペースには、お子さんが自由に手に取ってあそべるよう遊具を設定してあります。目に入ったものを手に取り、舐めたり、打ち合わせたり、叩いたり、器に入れたり、お子さんなりの評価でお気に入りを見つけます。月齢が高くなってくると使い方や他の玩具と組み合わせて遊ぶなどの変化も出てきます。そんなお子さんの成長をじっくりとお楽しみください。体全体を使って遊ぶ玩具も用意しています。

大人のスペースには、手仕事の材料を常時、用意しています。動物の軍手人形、ポシエットづくり、ミニ額縁飾りは、いつでも声をかけて下さい。お持ちいただいた編み物、針仕事などもお喋りをしながら一緒にやりませんか。もちろん、のんびりお喋りタイムでも大歓迎です。手仕事はその日に出来上がらなくても何日かけてもOKです。また、大人も楽しめるカードゲームの用意もあります。

※ご利用の連絡先：まつばらけやき保育園 03-6304-3730 担当 梅澤

✕ ネイルマニキュア ✕

ネイルは美容効果だけでなく、メンタルヘルスにも良い影響があるとされています。サロンでネイルケアを受けるとネイリストさんの手技で、とてもリラックスでき、きれいになった指先をみて心がわくわくした経験がおありの方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

ネイルケアは、自分への関心を高め、リラックス効果があり、他者への関心を高め気分を高揚させる効果があるとされています。ただ、サロンに行くとなると時間がないなど、なかなか足が向かないのが現状ですね。自分自身でネイルケアを行うことで、脳の血流が活性化し、認知症予防や集中力向上にも効果があるそうです。メイクは利き手だけで出来ますが、ネイルは非利き手を使う行為が出来ます。非利き手側を使うことで脳の普段使われていない部分の血流が活性化するそうです。爪先を飾ることで、気分が上がり、前向きな気持ちになります。脳の健康＝心のケアでもあるので、セルフ（自分）ネイルに是非挑戦してみませんか。

今回、渋谷を拠点に働く現役ネイリスト兼サロンオーナーをお招きしてマニキュアの塗り方を教えていただきます。忙しくしてサロンに行けない子育て中の方、仕事上、休日しかネイルの出来ない方、おしゃれをしたいお年寄りの方、どなたでもご参加ください。



✕ ネイルマニキュア ✕

カラーリング講座

講師：松本 佐季氏

現役ネイリスト・サロンオーナー

日時：10月17日（木）

場所：まつばらけやき保育園3階きくの部屋
（エレベーターがあります）

持ち物：・お好きなマニキュアをお持ちください

（古いとドロドロの可能性があるのでなるべく新しいもので。複数ある場合は複数でも。

100均のでもOK。今回、ライトが必要なジェルマニキュアは対象外）

・お持ちでしたらハンディファン（夏に活躍した小さな扇風機）

