



いちようや紅葉も色づいて、秋の深まりを感じます。

今年の冬は例年より寒いかもしれないので、今のうちに公園や野山などにでかけて、秋を満喫したいですね。先月号でも書きましたが、私はこの時期どんぐり採集に出かけます。それを知っているママ友から、どこでどんぐりを採るの？と質問されたので、皆さんにも私のどんぐり採集スポットをお伝えしますね。

どんぐりは、西区の竜王公園、交通ランド、佐伯区の五月が丘公園、東区の二葉の里の山で良く採れます。南区元宇品のプリンスホテル近くの海辺でも、形の良いどんぐりが採れます。まつぼっくりや他の木の実も採れるので、グルーガンなどを使って、リースにくっつけても素敵なものが作れそうですね。リトミックのレッスンでも年内に木の実を使った工作をしたいと思っておりますので、採集されましたら、捨てずに保管しておいてくださいませ。

先日、リトミック養成校で、講師の先生が面白い例えをしておられましたので、ご紹介を！他の習い事が西洋の新薬だとすると、リトミックは漢方薬のようなもの ということです。すぐに目に見える効果は期待できないけれど、身体にじんわり効いて、気が付くと、色々身体に良い効果をもたらしてくれるものだということです。リトミックを幼少期に経験されたお子さまたちは、集中力が身について、自分に自信を持って自由に行動できる子どもに成長されておられます。今月のリトミックレッスンも、将来の自己表現の土台になりますよう、内容を練って練っていきたいと思っております。

10月のレッスン内容

- ・ まつぼっくり・・・さ でお母さんと手をぎゅっと握ろう
- ・ ○△□の色板・・・音楽ストップで形を探そう 色板で何かを作ろう
- ・ 絵本 & パネル「どうぞのいす」・・・登場人物になりきって表現しよう
- ・ 歌「どんぐりころころ」・・・どんぐりマラカスを鳴らしながら歌おう
- ・ ボールロープ・・・ロープを身体のいろんなところにひっかける。お母さんとひっばろう
- ・ 絵本「おばけなんてないさ」・・・動物さんのお家についておやつをもらおう など

11月のレッスン予定（東原 11月5日・19日・26日 大芝 11月 21日・28日）

- ・ ひつつきもつつき・・・身体のいろんなところをお母さんとくっつけよう
- ・ 絵本「どうすればいいのかな」・・・くつした、ぼうしなどの言葉をリズム打ち
- ・ 絵本「ねずみのいもほり」・・・スコップを持って芋ほりにでかけよう おいもを掘ろう
- ・ 絵本「さつまのおいも」・・・お話を楽しみながら、お話の流れに沿って動いてみよう
おならの音を楽しもう（本当のおならじゃないですよ）
- ・ 歌&パネル「き・き・きのこ」・・・きのこになって、動こう など

お知らせ

♪ 11月23日 備北丘陵公園「イルミネーションコンサート」で くに先生がハープ演奏をされます
時間は、17時半～ 18時半～ 19時半～ 是非足を運んでみてくださいませ