



保育園部 園だより

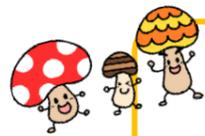


ぽーしゃな 10月号



令和7年10月1日発行

澄み切った青空が広がり、過ごしやすい季節を迎えました。晴れた日には、公園に出掛けたり散歩をしながら、秋をたくさん見つけに行けるのでは？と思っています。子ども達の見ると触れるものが、新しい発見や気づきへと繋がり、喜びやおもしろさへと結びついていけるよう、大切に過ごしていきたいと思ひます。



今月の目標

秋の自然に親しみ、戸外でのびのび身体を動かして楽しむ。



今月の行事予定

- 6日(月) 身体測定(全クラス)
- 10日(金) 報恩講(うさぎ組)
- 15日(水) 誕生会
- 17日(金) 園外保育(うさぎ組)
- 17日(金) 引渡し訓練(全クラス)
- 23日(木) 交通安全指導

未就園児対象;こあらサークル
28日(火) 10:15~11:00

おたんじょうび おめでとう

りす組(2歳になります)
★ 1名のおともだち



--- お知らせ ---

10月1日(水)より衣替えです。
うさぎ組は制服を着て登園して下さい。
名札も忘れずつけてきて下さい。

11月1日(土)は
保育園部生活発表会です。
詳細は後日お知らせいたします。

10月17日(金)午前 園外保育

うさぎ組は幼稚園バスに乗って遠足に出掛けます。

りす組はお散歩に出掛け遠足ごっこを楽しみます。

※詳細は別紙でお知らせいたします。



ほけんだより



夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。セミの鳴き声と入れ替わり、鈴虫やマツムシの鳴き声が聞こえてきます。秋は気温差が激しいため、風邪をひきやすくなります。手洗い・うがいをこまめに行い、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

内科健診があります

10月8日(水)
14:00~

ひぐち小児科アレルギー科
クリニック

樋口先生

医師に聞いておきたいことなどがあれば事前にお知らせください。また、当日はできるだけお休みのないようにご協力をお願いします。

薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもには1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

10月10日は 目の愛護デー

生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ごろといわれます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることが難しいものです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。目の異常は、早く発見して早く治療することが大切です。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る
- 顔を傾けて見る
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている



給食だより

子ども達にとって、生活の中での大きな楽しみの1つ...それはおやつ!! 家族と一緒に「おいしいね。」と言いながら食べる時間を持つことで満足度が上がり、こころの栄養も育まれるといわれています。

どうしておやつはいるの?

3回の食事では不足しがちな栄養素を補給し、成長期に必要なエネルギーを供給する「第4の食事」としておやつが必要とされています。

おやつにおすすめの食材は?

果物、イモ類、乳製品、おにぎりなど栄養価の高いものを選び、糖分や塩分は控え目にしましょう。量は1日の1割~2割、次の食事に響かないように気をつけましょう。

おやつの3原則

- ①おやつは時間を決めましょう
- ②おやつの量を決めましょう
- ③おやつ=市販のお菓子だけではありません

