

保育園部 園だより

ぽーしゃな 10月号

令和8年10月1日発行

気持ちのよい気候のなか、子ども達は園庭遊びやお散歩を楽しんでいます。一年で一番過ごしやすいこの時期、散歩や戸外遊びを通して、季節を感じ、自然との触れ合いを楽しみながら、のびのびと過ごしていきたいと思います。

今月の目標

秋の自然に親しみ、室内外でのびのび身体を動かすことを楽しむ。



今月の行事予定

6日(火) 身体測定
7日(水) 内科健診14:00～
8日(木) 歯科健診14:30～
13日(火) 報恩講(うさぎ組)
15日(木) 誕生会
16日(金) 園外保育(うさぎ組)
19日(月) 観劇(うさぎ組)
22日(木) 交通安全指導
23日(金) 引き渡し訓練

未就園児対象;こあらサークル
27日(火) 10:15～11:00

保育園部生活発表会

11月7日(土)9:30～
保育園部ホール

詳細は後日お知らせします。



おたんじょうび おめでとう

りす組 (1歳になります)
★ 3名のおともだち

うさぎ組 (2歳になります)
★ 1名のおともだち



お願い



着替えカゴの中身を秋冬物(長袖、長ズボン、下着)に交換をお願いします。全てのものに名前を書き、消えかかっているものは、書き直してください。

日中は汗ばむ日もありますので薄手のものも準備しておいてください。

ほけんだより

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。
今月は尿検査や各健診があります。健診の日は、できるだけお休みのないようにご協力をお願いします。

尿検査があります

10月1日(木)

登園時、回収ボックスに提出してください。

尿とりパッドがほしい方は担任にお伝えください。

内科健診があります

10月7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

歯科健診があります

10月8日(木)

14:30～

岩井歯科医院
木島先生



*健診で医師に相談したいことがあれば事前に各担任へお知らせください。

給食だより

日が暮れる時間が早くなり、風や日差しも秋らしくなってきました。この時期は活動量が増え、食べ物も美味しく感じられるので食欲が増しますね。
秋の味覚とともにいろいろな物を味わってみましょう。



新米を食べよう!

ご飯は、栄養バランスに優れ、どんなおかずにも合わせやすいのが特徴です。粒状でたくさん噛むことが必要なので噛む力を促すためにもおすすめです。特に朝食に食べると腹持ちが良く、長時間に渡ってぶどう糖を脳に送ることができます。

新米は、柔らかく粘りのある食感や

秋野菜と果物

さつまいも; 芋類の中でも多くの食物繊維が含まれていて腸内環境を整えます。

さといも; カリウムが豊富で独自のぬめりは脳細胞を活性化する働きがあります。

しいたけ; 食物繊維が豊富で、コレステロール低下の効果や旨味成分たっぷりです。

りんご; 整腸作用、排便効果があり、血糖値の正常化、肥満防止にも役立ちます。

柿; ビタミンCが豊富でみかんの2倍、カロテンもたくさん含まれています。