



## 11月の予定



- 9日(火) 身体測定
- 10日(水) 職員会議(18:30~)
- 17日(水) 誕生会
- 18日(木) 歯科健診
- 24日(水) 職員会議(18:30~)
- 25日(木) 避難訓練
- 26日(金) 教育委員会による園訪問



2021. 11. 1 小規模保育園南部町ベアーズ  
園長 長谷川 享子

日中のポカポカとしたお日さまがより温かく感じられるほど朝晩の冷え込みに、晩秋の気配が深まる頃となりました。

昼夜の寒暖差も徐々に大きくなり、服装の調整が難しい季節です。お天気や気温の変化を見ながら、子どもたちが元気いっぱい過ごせるよう配慮していきたいと考えています。

最近の子どもたちはお散歩先でどんぐりを見つけたり、バッタやカマキリを捕まえたり、先日は、カマキリのたまごを見つけました。園に持ち帰り、今は飼育かごの中にあります。たまごがかえるか楽しみにしています。

11月も天候の良い日は、落ち葉や木の実、花など自然物を見つけ、身近な自然に触れる楽しさをより感じられようにしていきたいと思えます。



## ☆3さいになりました



## 「よく噛んで食べよう」

・右左、右左と順番によく噛んで食べると、身体にいいことがたくさんあります。あごの発育や虫歯の予防、肥満防止にも繋がります。たくさん噛んでゆっくり食べることで満腹感を味わうことができ、ホルモン分泌も高まって食欲を抑えることもできます。食事に歯ごたえのあるものを取り入れるなど、無理なく噛む回数を増やしてみてもいいでしょうか？

## 「いい歯の日」



・11月8日は「いい歯の日」です。「80歳まで自分の歯を20本残そう」という運動で、口の中の健康を呼びかけています。一本一本でいねいに磨くことや定期的に歯の検診に行くなど歯に関心を持ち、家族みんなで歯を大切にしていきたいでしょう。



## 厚着になっていませんか？

朝晩の冷え込みは、一層きびしくなり、厚着をして登園する子どもたちも増えてきました。防寒は大事ですが、日中走り回る子どもたちは、大人が思っているよりも汗をかきます。上着で調節することを心がけていただき、薄手の長袖の洋服を着替えて準備していただくと助かります。

園でも必要以上の厚着にならないように気をつけていこうと思います。



## <おわかい>

来年度の保育所継続入所申込書は、11月12日(金)が締め切りとなっています。

まだの方は、早目の提出をお願いします。

## ☆歯科健診・内科健診について

・11月18日(木) 10:30~  
歯科健診を予定しています。詳細は後日手紙でお知らせします。

・内科健診は日程が決まり次第お知らせいたします。