



11月の予定



- 2日(水) 職員会議(18:30~)
- 8日(火) 身体測定
- 10日(木) 歯科健診
- 16日(水) 誕生会
職員会議(18:30~)
- 24日(木)



11月園だより

2022. 11. 1 小規模保育園南部町ベアーズ
園長 長谷川 享子

空を見上げると青空が高く広がり、足元には落ち葉が色鮮やかに広がっています。肌をなでる風はだんだんと冷たくなって、秋の終わりを教えてくれているようです。暦の上では「立冬」、いよいよ冬の始まりです。

最近の子どもたちは、戸外に出かけることをとても楽しみにしています。帽子を被り、靴箱から自分の靴を出すと、靴下・靴を自分で履こうと一生懸命です。さり気なく援助しながら、自分でできる喜びを感じられるようにしています。散歩先ではどんぐりや栗を拾ったり、虫を見つけたり…。カタツムリも見つけて今、保育園の飼育かごに入れて様子を観察しています。

11月も天候の良い日は、落ち葉や木の実、虫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るようにしていきたいと思います。



「さつまいものチカラ」

先日、園でさつまいも堀りをしました。イモ類は食べてすぐエネルギー源になるので、エネルギー消費が激しい子どもたちのおやつにも最適です。

また、さつまいもには、ビタミンやカリウムなどの栄養と食物繊維も豊富なのでお通じもよくなります。

さつまいもは、とっても栄養価が高く、子どもの成長に役立つ栄養素がたくさん含まれています。さつまいもの栄養を摂るには『皮も一緒に食べる』ことをおすすめします。さつまいもの皮は、子どもにとって食べにくいかもしれないので、『さつまいもご飯』

などにして、皮も一緒に食べられるように工夫をして美味しくいただきますよう。



<おわかい>

来年度の保育所継続入所申込書は、11月14日(月)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10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。



11月生まれのお友だち

うさぎ組 1名

☆2さいになりました



「よく噛んで食べよう」

よく噛んで食べることは『消化を助ける』だけでなく、『食べ過ぎ防止』『虫歯予防』『脳を活性化』など様々な効果が期待できます。また最近口を開けたまま食事をする子どもが増えてきました。口周りの筋肉を鍛えられるよう、一度ご家庭でも咀嚼週間を見直してみてください。

11月8日は、『いい歯(118)の日』です。いつまでも美味しく、楽しく食事をするためには、健康な歯を保つことが大切です。よく噛んで食べることは顎の発育を促しますし、虫歯の予防にもつながります。

しっかり噛んで
丈夫で健康な歯を
維持しましょう。

