



<今月の予定>

7日	月	運動会予行演習
12日	土	運動会
17日	木	避難訓練
29日	火	4.5歳児遠足
31日	木	誕生会



TEL 0277-52-1034

FAX 0277-52-4456

www.taishi-hoikuen.jp

太子保育園HPにて閲覧できます

♪園見学はいつでも可能です。

**園目標**

**秋の自然を感じながら散歩や戸外遊びを楽しむ**

様々な夏の体験で成長した子ども達とともに運動会では保護者の方に観に来てもらうことを楽しみに一生懸命練習に取り組んでいます。当日はぜひ、温かい拍手で応援して頂ければと思います。



**秋の宝探し**

外で過ごしやすくなるこの季節、保育者や友だちとの遊びや運動、季節の変化を肌で感じられるように外でいっぱい遊んでいきたいです。

- ・散歩先でどんぐりや松ぼっくり拾い
- ・道端などに咲く草花を見つける
- ・園庭に飛ぶトンボ
- ・虫たちの音に耳をかたむける



**保健** 正しいケアで目を守りましょう

目は、外の世界とじかに接しているため、傷つきやすい部位です。大切な目を守るため、正しいケアを知っておきましょう。

☆前髪はスッキリと



前髪が長いと、毛先が目に入って目を傷つけたり、炎症(結膜炎)をおこしたりするもに。短めに切るか、結びましょう

☆目やにはそっと、外側に向かってふく

清潔なタオルを軽くぬらして目やににあて、そのまま外側に拭き取りましょう。汚れが目の中に入るのを防ぎます。

☆目やにが多いとき、下記症状は病院へ行きましょう

- ・目やにの量がいつもより増えた
- ・2～3時間で目やにがたまる
- ・黄色や緑色の目やにが出ている



<今月のうた>

ゆき	エルマーの冒険 (劇中歌)	はな	ねずみのすもう (劇中歌)	ちゅうりっぷ	山の音楽家 焼き芋グーチーパー
つき	おひさまになりたい	もも	まつぼっくり 焼き芋グーチーパー	ひよこ	どんぐりころころ どんな色が好き

**給食**

**「旬」の食材を楽しみ、味わう**

収穫の秋、実りの秋が到来です。食材はそれぞれの「旬」に栄養価が最も高く、秋野菜には夏の疲労を回復し、冬の寒さに備えて、体を温める効果があります。今回は旬の秋野菜をご紹介します。



【なす】 夏バテ解消や体力増強によい野菜

ミートソースなどと一緒に食べると食べやすいです。

【きのこ】 腸内環境を整える食材なので、便秘の人にもおすすめです。

【さつまいも】 食物繊維が豊富で、甘味が強いのが特徴なのでお菓子作りにも、最適です。

【さんま】 青魚特有の栄養素が含まれていて、血液をサラサラに保つと言われていています。

【なし】 消化を促進し、解熱作用や利尿作用もあるので風邪のときには、よい食材です。

**安全** ～幼児が運動遊びを楽しむことの重要性～

外遊びが気持ちのいい季節になりました。公園など屋外で遊ぶ機会も増え、怪我にも気を付けていきたいです

\* 心と体の力みをとる6つの動作

- ①走る ②転がる(地面に手をつく動作) ③とび跳ねる  
④ぶら下がる ⑤渡る ⑥登る

これらの動きを遊びの中で経験することで、心と体の力みを取り、怪我や事故から身を守る「安全能力」が向上します。運動会の運動遊び、親子サーキットの場面でも日頃からこれらの動きを取り入れています。ご家庭でもこの動作を取り入れ、外遊びの機会を作ってみてはいかがでしょうか。

