



おひさま



令和7年10月1日

ほうざい保育園

新年度が始まってから、早半年・・あっという間にもう10月ですね。気持ち良い秋晴れの下、伸び伸びと身体を動かすことを楽しんでいる子どもたち。ますます秋の深まりを感じているこの頃です。昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、健康面には十分に気を付けていきたいと思っています。



10月の健診日

7か月児健康相談・・・7日(火)、28日(火)

1歳6ヵ月健診・・・23日(木)

2歳6ヵ月歯科健診・・・29日(水)

3歳6ヵ月児健診・・・8日(水)、22日(水)

大切な健診です。必ず受診しましょう。



絵本の紹介

『さつまのおいも』

中川ひろたか／文 村上康成／絵

土の中で生活するさつまいもたちが、子どもたちとの綱引きに備えてトレーニングをしています。

「いもほり」「やきいも」ときたら？そう、美味しいだけでは終わりません。

秋の味覚である「さつまいも」をテーマにユーモラスで温かい絵本です。

子どもたちの様子

以上児



高くジャンプ☆



夏フェス☆「たのしい！！」



リバーパル干潟体験！

たんぽぽ組



「ごはんできたよー」

小さいちゅうりっぷ組



歌に合わせて踊ったよ♪

大きいちゅうりっぷ組



園庭でどんぐり拾いに夢中☆

今月の保育料の引き落としは、**10月27日(月)**です。前日までにご確認をお願いします。



目に良い栄養素について ～10月10日は「目の愛護デー」～

2つの10を横に倒すと、眉の目の形に見えることから10月10日は目の愛護デーとされています。子どもの頃は目が最も育つ時期。元気で健康な目を保つためには、きちんと栄養を取ることが大切です。この日を機会に、子どもたちの「目」の健康を改めて見直してみましょう。

・ビタミンA

目の粘膜を強くし、目の疲れや乾燥を防ぐ働きがあります。油で調理すると吸収率が高まります。（緑黄色野菜・レバー・卵黄など）



・ビタミンB群

ビタミンB1やビタミンB12は目の神経の働を促して視力低下を予防し、ビタミンB2は目の疲れに効果的です。（豚肉・卵・ごま・豆類など）



・ビタミンC

目の充血や疲れ目を防ぎます。（緑黄色野菜・果物・芋類）



・DHA

目の神経にたくさん存在し、視覚の情報伝達をスムーズにしてくれます。DHAは体内ではほとんど作られない為、食品からの摂取が重要です。（いわし・さんま・さばなど青魚）



こどもの『まねる』は『まなぶ』

子どもは、な～んでも真似て自分のものにしていくんですよ。

【片付け編】

遊んだおもちゃを片付けてほしいな～



そんな時には



大人も一緒に片付けをやってみましょう

ポイント

*楽しく笑顔で
*「きれいになるね」「片付け楽しいね」などの言葉を添えて



「できた～」の達成感を親子で感じていきましょう。これができるようになったら次のステップです。（11月号に続く）

キラリ発見 ✨

小さいちゅうりっぷ組のお友だち

☆お手伝い大好き☆



ロッカーにカバンを上手にいれています♪

☆遊んだあとはお片付け☆



「片付けしましょう」の声かけに、進んで使ったブロックをカゴにいれています♪