



残暑の続く9月は、夏の疲れも出る時期でもあります。体調面に留意しながら生活のリズムを整えていきたいと思しますので、ご家庭でもご配慮ください。7月末には、すいか組・ぶどう組・ばなな組のお子さんを対象に『ルルブルエコチャレンジシート』を配布していましたが、4週間続けてチャレンジできたでしょうか？ 実践できたら園にチャレンジシートを提出ください。その後、みやぎっ子ルルブル推進会議事務局に報告し、認定証を送っていただきます。(チャレンジシートの提出は、9/24《火》までお願いします。)

新型コロナウイルス感染症が流行しています。こども園では感染が拡大しないように、基本の感染対策を徹底しているところです。ご家庭でもお子さんの健康観察をよろしくお願いいたします。  
発熱・咳・鼻水・元気がない等の症状が見られる場合は、受診をお願いします。受診の際は、こども園で感染者がいることをお伝えください。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

### たっぷり眠って夏の疲れを吹き飛ばせ!

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないと体調を崩してしまいます。9月は運動会に向けての活動も多くなりますので、たっぷりの睡眠をとって元気に過ごしましょう!

**快眠のためのヒント**

- 早寝早起きで生活リズムを整える
- クーラーや扇風機を使って部屋を涼しく
- お風呂に入ってさっぱりする
- おなかを冷やさない
- 汗を吸いやすいパジャマを着る

### 思いっきり走るためにもサイズの合わない靴に要注意!

成長を見越した大きいサイズの靴、逆にきつくなった靴、デザイン優先の靴、歩き癖のついたおさがりの靴...を履かせていませんか? こうした靴は、転倒の原因になるだけでなく、子どもの足の発達や姿勢、運動能力にも大きな影響を及ぼします。成長が早い時期だけに、靴のフィット感はこまめにチェックしましょう。

### ☆知っておきたい3歳からの靴選びのポイント

- 面ファスナーなどで甲の高さが調整できる
- つま先に5mm~1cmのゆとりがある
- つま先が少し反り上がっている
- かかと部の支えがしっかりしている
- 足の動きに合わせてソフトに曲がる
- 靴底に弾力がある
- 適度にやわらかく、通気性のよい素材

**ジャストサイズの靴で思い切り走ろうね!!**

## 9月の行事

\*9月は、伊具高校の生徒さんがインターンシップで来園します。また、丸森中学校2学年の生徒さん8名が職場体験に来ます。

月	火	水	木	金	土
2 安全の日 龍プロジェクト「防犯教室」	3	4 クラブ活動	5 プール納会 (ぶどう・ばなな組)	6 プール納会 (すいか組)	7
9 食育活動《秋冬野菜の種まき》	10	11	12 避難訓練 龍プロジェクト「防災教室」	13 自然遊び体験 《すいか組》	14
16 敬老の日	17 身体測定 5歳児	18 身体測定 3歳児	19 身体測定 4・2歳児	20 身体測定 1・0歳児	21
23 秋分の日	24 絵本の読み聞かせ 《もも組》	25 交通教室	26	27	28 第3回 父母の会 美化活動
30 クッキング体験	※食育活動協力者の方々に夏野菜カレーの作り方を教えていただきます。 (5・4歳児対象・・・5歳児=クッキング、4歳児=野菜運び)				

### ☆9/21(土)~9/30(月) 秋の全国交通安全運動

＝みんなで交通ルールを守って事故ゼロにしよう!＝

- 車での送迎時は、チャイルドシート・ジュニアシートを使用しましょう。  
※道路交通法第71条の3 第3項...自動車の運転者は、チャイルドシートを利用しない6歳未満の幼児を乗せて運転してはならないと定められています
- こども園では交通教室(毎月)で交通ルールを知らせていますが、信号の見方・横断歩道の渡り方・道路や歩道の歩き方等、ご家庭でもお子さんに交通ルールを教えてあげてください。

### ★美化活動へのご協力ありがとうございました★

8/24の美化活動には、朝早くからたくさんの会員の皆様に参加いただきました。おかげさまで園庭がとてもきれいになりました。集めた草は、ゴミ袋50ヶにギュ〜っと詰め込みました。

### 10月の行事予定

- 1日(月) 交通教室 (バ'ツツイ' - 龍 来園)
- 19日(土) 3歳以上児運動会
- 21日(月)~25日(金) 身体測定
- 23日(水) 内科健診 ※午後1時~
- 24日(木) サツマイモ掘り体験 《4歳児》
- 27日(日) 健康と福祉のつどい
- 29日(火) 絵本読み聞かせ
- 30日(水) 小学校交流 《5歳児》
- 31日(木) クラブ活動

