



涼しい秋風に、高く澄んだ空。大きく深呼吸したくなるような、気持ちのいい季節になりました。園庭にでると赤とんぼが元気に飛び回り、夕暮れには虫の声が聞かれるなどすっかり秋を感じさせられるこの頃です。園庭もきれいに整備され、運動会当日を待つばかりとなりました。トラックの周りを元気に走り回る子どもたちを見ていると運動会を心待ちにしていることが伝わってきます。友だちと力を合わせて頑張る姿も日に日に増えてきています。このような経験は挑戦する気持ちが芽生えたり、仲間意識が高まったり、協調性が強くなったりと、子どもたちの生活に活力と自信を与えてくれます。

一年中で一番過ごしやすいこの季節は、子どもたちにとっても意欲的に活動できる時期、“実りの季節”です。子どもたちの意欲を大切にしながら、心と体を大きく育てていきたいと思います。



元気な1日は

朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

②たんぱく質で体温を上げる
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることで、たんぱく質をとりましょう。

③野菜を食べてビタミン補給
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!



朝ごはんを食べて
元気に
『かけっこ』しよう!

思いきり動くために...

チェック①

長い髪をまとめるときは
シンプルなヘアゴムで。
チャームが付いていると
転んだときにケガをしたり、
お友だちにぶつかった
ときにケガをさせたりする
ことも。

チェック②

フードやひもは、引っかかる
と首が締まって危険です。
ズボンのすそが長すぎると、
踏んだり絡まったりして転ん
でしまうことも。

※外履きは、スリッパに替えて
登園するようにお願いします。
サンダル(クロックス)は、履か
せないようにしてください。



10月10日は 目の愛護デー

生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ごろといわれます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることが難しいものです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。目の異常は、早く発見して早く治療することが大切です。

こんなときは心配です

お知らせ

園庭西側のフェンスに避難扉を設置しました。緊急時、西側からも避難できるようにしました。



- 目を細めて見る ●片目で見ると
- 顔を傾けて見る ●まぶしがる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている



10月の行事予定



月	火	水	木	金	土
		1 安全の日	2	3	4
6	7	8	9 運動会総練習 就学児健康診断 すいか組	10 避難訓練 交通教室	11
13 スポーツの日	14	15 内科健診 13時半～	16 13時半まで迎えに 来てください。	17	18 運動会 (3歳以上児)
20	21 身体測定 5・4歳児	22 さつまいも掘り 【ぶどう組】 身体測定 3・2歳児	23 運動会ごっこ (3歳未満児) 身体測定 1・0歳児	24 地域交流 ★人権擁護委員 さんとの 花苗植え	25
27 5歳児交流 人形劇見学	28 絵本の読み 聞かせ (5歳児)	29 クラブ活動	30 ← 個人面談(希望者) →	31	

10/27(月)の人形劇は、昨年12月に館矢間まちづくりセンターで上演されました『やまのおおじゃくぬけ』という演目で台風災害のことをからめた内容になっています。園児にも理解しやすいように短縮バージョンの脚本に書きかえて上演されます。保護者の皆様にも、ぜひご覧いただきたいと思います。都合の付く方はご来場ください。

令和7年10月27日(月)
上演時間: 10時半～11時
人形劇『やまのおおじゃくぬけ』
演者団体: 丸森ざっと昔話の会の皆さん

★内科健診のお知らせ★
10月15日(水)
13時半～

健診は、お子さんの健康を守るためにとても大切です。医師に聞いておきたいことなどがあればお知らせください。また、当日はできるだけお休みがないようお願いいたします。



ルブルエコチャレンジ表彰式をおこないました



おめでとう

今年は22名のお友だちがチャレンジしてくれました。チャレンジカードは、11月末日まで受け付けます。ぜひ、挑戦してください。



交通安全教室

交通安全運動期間中、バクシンライザー龍に横断歩道の渡り方を教えてもらいました。すいか組は交通安全の呼びかけもしました。体育館前の交差点は、一時停止になっていますので、ルールを守って運転してください。



11月の行事予定



4日(火) 安全の日
5日(水) クラブ活動
6日(木) 避難訓練
7日(金) 交通安全教室
8日(土) 支援センター「秋まつり」
11日(火) サッカー教室(5・4歳児対象)
12日(水) 歯科検診12時～《3・4・5歳児》

13日(木) 世代間交流会
*サロンの方々が来園します
18日(火) りんご狩り《2歳以上児参加》
25日(火) 絵本読み聞かせ《4歳児》
26日(水) 歯科検診12時～《2・1・0歳児》

*身体測定: 26日～28日

...すいか・ぶどう・ばなな組 父母の会代表者の皆さまへ...
10月18日(土)朝の準備は、午前7時から始まりますので、ご協力の程よろしくお願いします。