



真土保育園 10月 園だより



新しい おともだち

りすぐみ 2名 こあらぐみ 1名
ぞうぐみ 1名 です。
どうぞよろしくお願いいたします。

社会福祉法人 真会
幼保連携型認定こども園 真土保育園
〒036-1323 弘前市大字真土字苅田125-1
☎0172-82-5468
fax0172-82-5930
HP <http://www.makotokai.jp>
Eメール makotokai@watch.ocn.jp

いつのまにか入道雲がいわし雲に変わり、トンボが園庭を
気持ちよさそうにとびまわるようになってきました。

運動会は、たくさんのご協力や応援のおかげで無事に終
ることが出来、日に焼けた子ども達の顔も誇らしげに感
じます。今月も体調に気を付けながら、元気いっぱいさわやかな
秋を満喫したいと思います！ 照井 孝子

11月予定
7日(月)~11日(金)
柴田学園短大実習
(1年生)

食育だより

三色をバランス良く食べ
丈夫で元気な体になろう

食欲の秋、スポーツの秋、芸術の秋。魅力的な事が多い季節ですね。
果物や穀物など、様々な食材が旬を迎える為、旬の美味しい物を食べ
る機会が増えることから「食欲の秋」と呼ばれています。

一日3食をバランス良く食べる事は、元気な体を作るためにとても大
切な事です。

丈夫な体を作る**赤色の食べ物**(卵、牛乳、肉、魚)。強い力やエネルギ
ーに繋がる**黄色の食べ物**(ごはん、パン、イモ類)。病気に負けない体を
作る**緑色の食べ物**(野菜、果物海藻など)。秋のおいしい食材をバラン
スよくたくさん味わい、元気キッズになりましょう！

10月行事予定

- | | | | |
|--------|---------------------|--------|-------------------------|
| 1日(土) | うさぎ・ぞう組保育参観 | 22日(土) | ほいくプラザ (学生の職場体験デーです) |
| 3日(月) | 英語教室 | 26日(水) | 歯科(am)・内科検診(pm) |
| 6日(木) | かがくタイム | 29日(土) | きりん・ぱんだ組保育参観 |
| 11日(火) | 体操教室 | 31日(月) | 英語教室 |
| 12日(水) | 鉄道週間(電車の旅) | | |
| 15日(土) | りす・こあら組保育参観 | | |
| 17日(月) | 英語教室 | | |
| 18日(火) | 総合避難訓練 (通報訓練・火災) | | |
| 20日(木) | 誕生会 | | |

スイミング

7日、14日、
21日、28日

おしらせ

- ★7日(金) 8日(土)の2日間、子育て支援員実習で実習生が来ます。
- ★12日(水) りす組が、弘南鉄道で旅気分を味わい中央弘前~大鰐間を電車に乗ります。
- ★26日(水)は、歯科・内科検診があります。なるべくお休みをしないよう、ご協力をお願いいたします。