



真土保育園 えんだより

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 弘前市大字真土字苧田 125-1 TEL 0172-82-5468

FAX 0172-82-5930

HP: <http://www.ans.co.jp/n/makotokai> Mail makotokai@watch.ocn.ne.jp

爽やかで心地よい季節となりました。
子ども達が遊んでいる周りには、「僕たちも仲間に入れて!」と言っているかの
ように、トンボがたくさん集まってきました。ニコニコしながら手を伸ばしてトンボを
迎え入れるなど、子ども達は秋の風物詩に興味津々です。 古川沙織



◎10月3日(水)4日(木)
津軽中学校2年生5名が職場体験にきます。
◎10月21日(日) 岩木あそべーるで
『保育のひろば』が開催されます。
県内の保育園・こども園が多数参加し、各種のワークシ
ップやステージ発表などを行います。親子で楽しめるイ
ベントとなっております。ぜひご来場ください。

10月の行事予定



- 3日(水) 秋の遠足(小栗山農村公園){うさぎ・きりん・ぱんだ・ぞう}
- 5日(金) ミニライブ(15:00~16:00)
- 7日(日) 藤田記念庭園ハイカラ庭園(ぞう組)
- 9日(火) 総合避難訓練
- 10日(水) マラソン大会予定{うさぎ・きりん・ぱんだ・ぞう}
- 11日(木) 科学教室(ぞう組)
- 15日(月) 英語教室(ぞう組)・巡回サポート
- 17日(水) 体操教室(ぞう組)
- 22日(月) 英語教室(ぞう組)
- 23日(火) 誕生会・ハロウィン集会
- 24日(水) 内科・歯科健診
- 27日(土) クラス参観(ぞう組・りす組)
- 29日(月) 英語教室(ぞう組)

どなたでもご覧いただけ
ます。お問い合わせのう
えみなさんでお越しく
ださい。



健診の日はなるべく
お休みしないようにし
ましょう。

※今月の弁当デー
はありません

スイミング(金) 5日、12日、19日、
26日

ぞう組は鉄道の旅で
弘南電車を利用します。
雨天の場合は、ぞう組は鉄
道の旅、ぱんだ・きりん組は
白神ビジターセンターを
見学します。

11月の予定

- 11月 24日(土) 岩木文化祭(ぞう組)
- 11月 29日(木) お遊戯会総練習

衣替え

衣替えの季節になりました。
薄着を心がけ、体温調
節がしやすい衣服の準備
をお願いします。サイズ
が合っているか記名がさ
れているかの確認も忘れ
なく!

保健だより

一日を通して気温の変化が激しく、
体調管理が難しい時期になりましたね。

季節の変わり目に気をつけること

① 服装は中を薄着にしてこまめに調整

幼児は新陳代謝が高いので動き回るとすぐ体温が上がります。大人
が寒いからといって厚着をさせると汗をかいてしまいます。汗が引
くと体温が奪われ、風邪をひく原因になります。皮膚のトラブルもお
こる季節です。肌着は通気性の良い物を着せるようにしましょう。

② 季節の変わり目の咳に注意

季節の変わり目に増えるのが、幼児に起こりやすい喘息です。
アレルギーの原因となるカビやダニも影響していて、布団やカーテ
ンなどもこまめに掃除し、アレルギーの原因となるもの
を排除しましょう。また、喉の乾燥は病原菌の大好物。
湿度は50%に保つように調整してください。

③ 生活リズムを整える

食事、睡眠時間は大人が子どもの生活リズムに合わせてあげること
が大切です。子どもの生活リズムが崩れると体調を崩し、親御さんにも
負担となります。これからインフルエンザ等流行する前に、生活リ
ズムを整え、病気に負けない体づくりをしましょう。

