



相馬こども園

# 10月えんだより



先日の運動会では、たくさんの応援と温かい拍手をありがとうございました。皆さんの励ましのおかげで暑い中、最後まで頑張ることが出来ましたね。

朝と夕方と涼しくなり、秋を感じるようになってきました。秋と言ったら、「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」・・・皆さんはどのような秋になるのかな？お散歩したり、園庭遊びをしたりして秋を感じながら、たくさん遊び、たくさん食べて、たくさん寝て、健康な体を作っていきたいと思います。

藤田 恵

社会福祉法人 真会 相馬こども園

〒036-1504 弘前市紙漉沢字山越 8-14

TEL 0172-84-3103

FAX 0172-26-6355

HP <http://www.makotokai.jp>

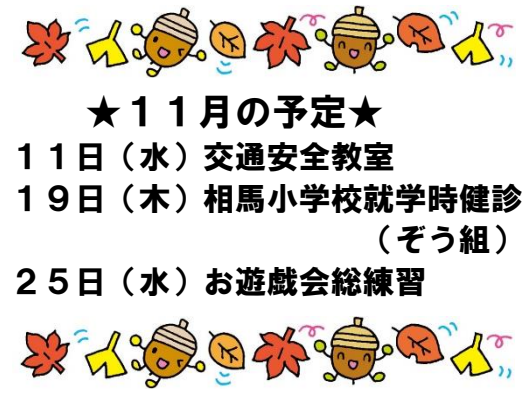
MAIL [soumako@makotokai.or.jp](mailto:soumako@makotokai.or.jp)

## ★10月の予定★

- 1日(木) スイミング
- 2日(金) かがくタイム(ぞう組)・内科歯科健診
- 5日(月) 英語教室(ぞう組)
- 6日(火) 秋の遠足(きりん組・ぱんだ組・ぞう組)
- 8日(木) スイミング 13日(火) 体操教室(ぞう組)
- 14日(水) 電車の旅(ぞう組)
- 15日(木) スイミング
- 19日(月) 英語教室(ぞう組)
- 21日(水) 誕生会・職員会議
- 22日(木) スイミング
- 23日(金) 総合避難訓練
- 26日(月) 相馬小「ふれあい教室」(りす・こあら・うさぎ)
- 27日(火) 食育集会・園内研修
- 29日(木) まるごと健康塾(ぱんだ組・ぞう組)
- 30日(金) ハロウィン集会



7日、9日、12日のいずれか天気の良い日にマラソン大会を予定しています。



## ★11月の予定★

- 11日(水) 交通安全教室
- 19日(木) 相馬小学校就学時健診(ぞう組)
- 25日(水) お遊戯会総練習

## ★ほけんだより★

～季節の変わり目です！咳をしている子が増えています～

咳が続くと子どもはかなりの体力を消耗します。風邪など疑われる場合は早めに受診しましょう。

### こんな咳出ていませんか？

- ・「コンコン」単発の咳  
異物やほこりを吸い込んだり、気温の変化を感じた時にみえます。あまり心配ありません。
- ・「ゴホゴホ」湿った咳  
気管支炎や肺炎に移行する兆候がある咳。熱が出たり、長引くようなら受診しましょう。
- ・「ヒューヒュー、ゼーゼー」苦しそうな咳  
風邪が長引いた時、気温の変化でも起こる、喘息様気管支炎や気管支喘息が疑われます。