



令和3年 真土保育園
10月 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 弘前市大字真土字荻田 125-1
Tel 0172-82-5468 Fax 0172-82-5930
HP <http://www.makotokai.jp>
E-mail makotokai@watch.ocn.ne.jp

木々も色づき始め心地よい風が感じられるようになりました。天気の良い日は園庭でトンボを追っかけたり、蛙探しをしたり、時には汗をかいて走り回り自然を満喫している子ども達。この頃は朝夕の気温差もあり、子ども達の体調の変化も見られる時期となりました。体調管理を十分に楽しく過ごせるよにしていきたいと思います。

伊藤徳子



食育だより

10月は季節の変わり目で寒暖差があり、体調を崩しやすくなります。三食をきちんと食べてバランスよく栄養を摂りましょう。スポーツの秋ですから、たくさん体を動かし、秋のおいしい味覚をたくさん味わいたいものですね。幼児の毎日の食事は、朝食3：昼食3：間食1：夕食3の割合が望ましいとされています。また、決まった時間に食べることで、体内リズムが整います。特に朝食をとると、寝ている間に下がった体温を高める働きがあり、1日を元気に過ごすことができるでしょう。間食となるおやつは子どもの楽しみでもあります。100～200kcalを目安に、なるべく栄養になるものを用意しましょう。

10月の行事予定

- 2日(土) クラス参観(ぱんだ組)
- 4日(月) 英語教室(ぞう組)
- 6日(水) 巡回サポート③
- 7日(木) かがくタイム(ぞう組)
- 9日(土) クラス参観(りす・こあら組)
公開保育 10:00~11:00
- 11日(月) 英語教室(ぞう組)
- 12日(火) 体操教室(ぞう組)
- 16日(土) クラス参観(うさぎ・きりん組)
- 18日(月) 英語教室(ぞう組)
- 19日(火) 総合避難訓練
- 20日(水) 誕生会
- 21日(木) 身体測定
- 23日(土) 公開保育 10:00~11:00
- 27日(水) 歯科・内科検診
- 30日(土) クラス参観(ぞう組)

スイミング
8・15・22日

お知らせ

10月予定の『鉄道の旅』
『岩本文化祭芸能発表』は中止となりました。

10/9・23(土)は保育者養成校の学生が見学に来ます。

伴 猛が、9月末日で退職となりました。皆様には大変お世話になりました。

歯科・内科検診 10/27(水)

歯科は午前、内科は午後に行います。当日は、なるべくお休みをしないようお願いします。

11月の行事予定

- 4日(木) かがくタイム
- 8日(月) 柴田学園短大実習【1年】～12日
- 9日(火) 体操教室
- 11日(木) 交通安全教室(ぞう・ぱんだ組)
- 16日(火) 避難訓練
- 18日(木) 誕生会
- 29日(金) 柴田学園短大実習【2年】～12/18

スイミング 5・12・19・26日(金)
英語教室 8・15・22日(月)

