



10月の園だより



今月の予定

令和3年10月1日
さかえ保育園

1日(金)	
2日(土)	
3日(日)	
4日(月)	英語教室(5)
5日(火)	
6日(水)	体操教室(幼)
7日(木)	食育活動:人参いちょう切り(4)
8日(金)	箸指導(4)
9日(土)	
10日(日)	
11日(月)	キャンプ(5) 食育活動:ミニトマトのヘタ取り(1)
12日(火)	キャンプ(5)
13日(水)	体操教室(幼) 食育活動:絹さやの筋取り(3)
14日(木)	歯科健診 食育活動:パプリカの細切り(5)
15日(金)	箸指導(5)
16日(土)	
17日(日)	
18日(月)	英語教室(5)
19日(火)	起震車体験
20日(水)	体操教室(幼)
21日(木)	全園児健診
22日(金)	
23日(土)	
24日(日)	
25日(月)	
26日(火)	誕生会 食材紹介:しめじ、椎茸、エリンギ
27日(水)	体操教室(幼)
28日(木)	ポニー教室
29日(金)	食育活動:南瓜の種取り(2)
30日(土)	
31日(日)	

緊急事態宣言が解除され、全国的に見ても感染者が劇的に少なくなっています。第6波の蔓延を注視しながら警戒しながら、慢心せずに今までしてきた予防の教々を継続しながら、身を守り、家族を守り、自分の大切な周りの人たちを守る行動をし続けなくてはなりません。熱中症の心配もだいぶ軽減されてきましたので大人同様マスクの使用を子ども達に推奨して行く時期になってきました。ただ、園としましては各ご家庭のお考えもあるでしょうから強要はできませんが、これからのシーズンではインフルエンザ等の脅威も迫ってきますので、慣習としてマスクの着用を練習することも予防の必要性があると思いますので児童のマスク着用も一つとしてご検討下さい。

—園長—



秋が旬の食材紹介

食欲の秋!さまざまな食材が旬を迎えます。旬の者は美味しいだけでなく栄養価も豊富です。

【新米】

新米は水分が多く、また水分も吸いやすい為、炊飯の水加減はいつもより少なめにするとよいです。

【魚】秋刀魚、秋鮭、鯖

★美味しい秋刀魚の見分け方★

- ①目が澄んでいる。②背は青黒く、腹側が銀色。③口先が黄色くなっている。
- ④身が引き締まっている。

【野菜】里芋、さつまいも、きのこ類、蓮根、栗、牛蒡など

【果物】柿、りんご、ぶどう、梨など

旬の食材を取り入れ、季節感を味わいましょう!!



保健より



足に合った靴を履いていますか?

水遊びが終わり、散歩などで動くことの多いこの時期、今履いている靴は子どもの足に合っていますか?子どもが大人と同じような歩行動作が出来るようになるのに、10年近くかかると言われています。足の骨が形成される時期に、足が合わない靴を履かせると、発達を阻害し、変形したり扁平足になったりします。

<靴選びのポイント>

- ・靴底は足の甲の方向にしなやかに曲がるくらいの硬さ、土踏まずの部分は硬く、曲がらないもの。
 - ・つま先部分が広く、靴の中で指が動くもの。
 - ・かかとをしっかり支えられるくらい硬いもの。
- ※値段やデザインではなく、子どものためを考えた靴選びをしてみましょう。

★10月14日(木)は「秋の歯科健診」です。当日は歯磨きをして9時半までに登園して下さい。歯に関する質問等あれば、看護師や職員に伝えて下さい。

