

9月 あおばだより

あおば保育園 TEL:079-454-1230 FAX:079-454-1231 災害緊急時(園長携帯):080-1450-1945

日	曜	行事予定
1	火	
2	水	英語あそび・内科健診
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	体育あそび
10	木	
11	金	ゆり組ファミリーデー
12	土	
13	日	
14	月	避難訓練
15	火	身体測定
16	水	英語あそび
17	木	体育あそび
18	金	さくら組ファミリーデー
19	土	
20	日	
21	月	祝) 敬老の日
22	火	祝) 国民の休日
23	水	祝) 秋分の日
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	お月見アワー (ゆり組)
30	水	

プール遊びや水遊びを満喫し夏を元気に過ごした子ども達は、日に焼けてたくましく感じられます。まだまだ残暑厳しい毎日ですが、園庭では赤とんぼの姿を見かけるようになりました。朝晩は少し過ごしやすくなり秋の訪れを感じます。9月は、朝夕と昼間の気温差が激しく、夏の疲れもではじめます。体調管理をしっかり行い、熱中症にも気をつけて過ごしましょう。

☆ お知らせ ☆

◎英語あそび 2日(水)・16日(水)

◎体育あそび 9日(水)・17日(木)

◎ゆり組ファミリーデー 11日(金)

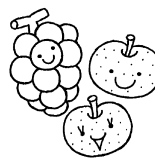
◎さくら組ファミリーデー 18日(金)

◎内科健診 2日(水)

あだちこども診療所の足立先生に、内科健診をしていただきます。子どもの体のことや、発達のこと、成長のことで気になることなど、足立先生に尋ねたいことがありましたら、担任に伝えておいてください。

◎お月見アワー(ゆり組) 29日(火)

ゆり組がバスに乗って、明石市天文科学館に見学に行きます。詳細は後日、別紙にてお知らせします。



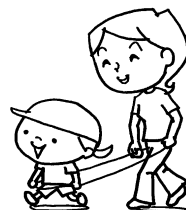
☆10月の予定☆

◎ひまわり組ファミリーデー 2日(金)

◎すみれ組ファミリーデー 9日(金)

◎あおば運動会 31日(土)

◎サツマイモ掘り 10月中旬予定



食生活リズムの基礎をつくろう！

幼児期は食生活リズムの基礎をつくる重要な時期です。夜更かしや不規則な生活が、子どもの健康や成長、自律神経などにも影響します。十分に睡眠をとること、朝の光を浴びることで体内時計は整えられます。さらに、昼間にたくさん体を動かし、「おなかがすいた」という感覚をもつことが重要で、子どもの生活リズムの基礎を作ります。

朝、昼、夜の規則正しい食事の繰り返しが食生活リズムを助け、幼児期の活動にメリハリを与えてくれます。



不規則な食事や、だらだら食べは、虫歯や肥満にもつながります。夏の疲れが出るこの時期にしっかり生活リズムを整えていきましょう。

交通安全週間

9月21日～30日は『秋の交通安全週間』です。また、9月1日からは生活道路の法定速度が時速30キロに引き下げられるなど、交通ルールも新しくなります。

園ではお散歩の際などに、『横断歩道を渡る』『信号を理解する』『車道へ飛び出さない』などの大切な交通ルールを伝えていきます。ご家庭でも登降園の際に交通ルールのお話をするなど、子どもと一緒に交通安全について考える時間をつくってみるのもいいですね。

