



# しじみかいだより

街路樹の銀杏の葉も散り始め、朝夕の寒さも一段と厳しい季節になりました。風邪が長引いている子もいます、早く元気になってね！！

来月の「お遊戯会」に向けて練習も始まっています。体調を崩さないよう、健康に留意しながら、充実した時間を過ごしていきたいと思います。ご協力をお願いします。



## 今月の目標

自然の変化に気づき、深まる秋を感じる。  
おゆうぎ会に向けて楽しんで練習する。



## 今月の予定

- 9日(金) 避難訓練
- 12日(月) 身体測定
- 15日(木) 七五三  
千歳飴のおみやげがあります。
- 15日(木) 誕生会
- 26日(月) お遊戯会総練習(前半)(年間行事)
- 27日(火) お遊戯会総練習(後半)より変更)
- 29日(木) 荻町小学校交流会(さくら組)

## 《 今後の予定 》

- 12月1日(土) お遊戯会(保護者参加行事)  
(詳細後日別紙)

## ・・・ご協力ありがとうございました・・・

◎先月行われた「見学会」「参観日」では、好天に恵まれ無事終了することが出来ました。足を運んで下さったお父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんありがとうございました。保育園生活の一部ですが垣間見ることが出来たでしょうか？！

これからも、保護者の皆様と一緒に子どもたちの成長を見守りたいと思いますので、ご協力よろしくをお願いします。



## 【 お 願 い 】

- ・帰りましたら、カバンの中の点検をお願いします。
- ・全ての持ち物に名前の記入をお願いします。名前の消えかかった物の再確認をお願いします。
- ・ボタンやゴムなどの補修も忘れずをお願いします。
- ・住所、電話番号(携帯含)、職場など変更がありましたら早急にお知らせ下さる様をお願いします。提出書類があります。



## 保 健 だ よ り



## インフルエンザ予防接種の シーズンです

子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たないと効果が現れないので、接種するかたは、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。

ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談して下さい。

## 給食だより



## 冬場に野菜を たっぷり食べたい

「煮物」「いため物」「スープ」など、火を通し「温野菜」にして食べてください。火を通すことで野菜の“かさ”が減り、たくさんの量を食べられます。また、食物繊維も豊富に摂ることができます。

※さくら組さんが植えた大根も大きく実り、採れ頃、食べ頃になって来ました。

大根は「大根どきの医者いらず」と言って、大根の収穫時期は誰もが健康になり、医者に疎遠になるという意味だそうです。大根はおなかの調子を整え、消化を良くしてくれる効果もあるそうです。

