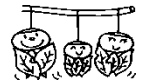


# 11がつのえんだより

令和5年10月31日

双葉保育園



赤や黄色に染まっていく葉に、深まりゆく秋を感じます。きれいな葉っぱを嬉しそうに見せてくれたり、穴が開いている葉っぱを覗いたり可愛らしい仕草も見せてくれます。季節の変わり目ですし、朝晩と昼間の気温差が大きく体調を崩しやすい時期です。上着で調整できると良いですね。今年はインフルエンザも出ています。感染症の予防に手洗い、うがいを心がけていきましょう。

## 11月の予定

日	曜	行事予定
1	水	内科検診 9:30~
2	木	令和6年度入所受付
3	金	養正公民館まつり(13日まで)
10	金	バイキング給食
14	火	交通教室(年長一人歩き)
15	水	資源回収④
16	木	サッカー教室、発育測定(中)
17	金	発育測定(長)
21	火	ふたばっこ⑤、発育測定(少)
22	水	発育測定(未)
28	火	お茶会
29	水	防犯訓練③
30	木	誕生会

### ★内科検診 1日 9:30~

園医さんに診ていただきます。なるべくお休みしないようにお願いします。

### ★バイキング給食 10日

主食：おにぎり(ゆかり・菜飯・紅鮭わかめ)・・・2つ選ぶ  
 主菜：鶏肉のから揚げ、ポークシュウマイ(各1個)  
 副菜：さつま芋揚げ、にんじんサラダ(各1個)  
 デザート：りんご or みかん or バナナから2つ

お弁当作るよ!

バナナ位のナフキンを持たせてください。(未満児は使用しません)

### ★交通教室(年長) 14日

園周辺のコースで、交通ルールを意識しながら『ひとり歩き』をします。※少雨の場合は傘をさして歩きますので傘を持たせてください。

### ★資源回収④ 15日

ご協力よろしくお願いします。第1駐車場は資源の持ち込みの方の駐車を優先しますので、資源の持ち込みのない方は、第2、第3駐車場に止めてきてください。(特に8時過ぎ~9時)第1駐車場に停める方も駐車時間の短縮にご協力下さい。時間に余裕をもった登園をお願いします。

### ★サッカー教室(年長) 16日

### ★ふたばっこ⑤ 21日

お知り合いの未就園児さんに声をかけてみてください。(予約制 10組まで サーキット遊びを予定)

### ★お茶会(年長) 28日

お茶の先生から、お茶の作法を教えてください。

### ★就学時検診 1日.養正小 14日.脇之島小 29日.滝呂小 30日.精華小

## やってみよう!親子ふれあい遊び part4

### 親子ストレッチ①

図入り

親子が向かい合って座り、両手を後ろにつきます。足の裏を合わせて自転車をこぐように左右の足を交互に押し合い太もものストレッチをします。

◆11月3日~13日に『養正公民館まつり』があります。運動会の門飾りを出展します。ぜひお出かけください。  
 ◆火災予防作品展が下記日程であります。  
 11月1日(水)~5日(日) 9:00~21:30  
 多治見バロー文化センター 展示室A

### 11月20日は「たじみ子どもの権利の日」です

子どもの権利って?

すべての子どもが、安心して いきいき のびのび 心豊かに育つこと。

「た」のしくらす「じ」ぶんをたいせつにする「み」んなとなかよくする一人ひとりの子どもが自分の人生の主人公として、健やかに育っていくために最もいいことは何か、子どももおとなもいっしょに考えてみましょう。

### 保育料の納入について

11月分の保育料(未満児)、延長料金の振替日は11月30日(木)です。前日までにご利用口座の残高確認をお願い致します。

### 給食費の納入について

11月分の給食費の振替日は、11月10日(金)です。9日(木)までにご利用口座の残高確認をお願い致します。

元気な1日は

## 朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な動きがあります。

①炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ!  
 ごはんはおにぎりやいためごはんしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

②たんばく質で体温を上げる  
 牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんばく質をとりましょう。

③野菜を食べてビタミン補給  
 野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ!