

# 10月のえんたより

令和6年10月 心育保育園

新年度が始まって早半年。子どもたちの成長は目覚ましく体も心も一回り大きくなったように感じます。今月は、戸外遊びが気持ちのいい季節になりますので、園庭や散歩に出かけ、ドングリやコスモスなどの秋を見つけて遊ぼうと思います。また、長かった夏の暑さの疲れも出てくる頃かと思しますので、一人一人の体調にも気を配り家庭と園とで連携して体調管理ができればと思います。気付いたことなどあれば教えてください。



## 行事予定



- 4日(金) 避難訓練(地震)
- 16日(水)~18日(金) 身体計測
- 21日(月) 避難訓練
- 25日(金) 親子遠足(うさぎ組)
- 31日(木) ハロウィン・誕生日会



- 5日(火) 避難訓練(不審者)
- 13日(水)~15日(金) 身体計測
- 18日(月) 避難訓練
- 19日(火) 誕生日
- 22日(金) 勤労感謝のプレゼントの持ち帰り

## 運動会のご参加、ありがとうございました!

先日の運動会へのご参加、ありがとうございました! 子どもたちもお家の方と一緒に競技やダンスをして、とても嬉しそうな顔をしていましたね。ご家族からの温かい声援の中で運動会を経験できたことは、子どもたちにとっても大きな成長に繋がると思います。また、保育園で楽しんでいる運動遊びをお家の方に見て頂き、園での様子を少しでも感じて頂けていれば幸いです。最後になりましたが、運動会後にルクミーにて送信しているアンケートのご回答もお願い致します。



## 衣替え

10月1日は衣替えです。日によって暑い日や涼しい日があり、ロッカーに置いていただく服も難しいと思いますが、薄手の長袖や半袖を2~3枚ずつ入れておいてください。その日の気温に合わせて、職員がロッカーの服で調整を行います。併せて、記名の確認もお願い致します。



## 知ってる? 「秋バテ」

「秋バテ」をご存知でしょうか?急に涼しくなる9~10月にかけて多く見られる体の不調です。暑い夏を乗り越える為、冷房や冷たい飲み物で体を冷やすと自律神経が乱れておこる不調のことです。子どもだけでなく、大人も起こる不調です。だるい、疲れやすい、やる気が出ない、などの症状があるときは、軽い運動をしたり、ぬるめのお風呂にゆっくりつかったりして、自律神経を整えて秋バテを乗り切りましょう!



おめでとう!

## 10月の歌

- ♪松ぼっくり
- ♪やきいもグーチーパー
- ♪こぶたぬきつねこ



## 寄附のお願い



毎月、寄附を頂き、ありがとうございます。今月も、手口拭き(ウェットティッシュ)とティッシュを1つずつお願いします。