

9月 ばらぐみだより

◎ 身の回りの事を自分でしようとする。
◎ 保育士や友達と一緒にルールを守りながら体を動かして遊ぶ。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
2 しゅうかい えんていあそび	3 しょう (こうひつ)	4 たいいくあそび はついくそくてい	5 せいさく	6 おべんとうかい 
9 しゅうかい げーむあそび	10 こうえん (すいと)	11 たいいくあそび げっかんし	12 こーなーあそび	13 えんていあそび
16 けいろうのひ	17 せいさく	18 たいいくあそび てらすあそび	19 おさんぼ (すいと) ゆりぐみさんと こうりゅう	20 こーなーあそび
23 しゅうぶんのひ	24 がくしゅう えんていあそび	25 たいいくあそび	26 ひなんくんれん	27 おたんじょうかい
30 しゅうかい えんていあそび				

運動会が終わり、子ども達の表情も漂々しくなったように思います。「平均台、一人で渡れたよ!」「かけっこ早かったでしょ〜!」と、笑顔で運動会の出来事を先生や友達同士で話して盛り上がっていますよ!

私達も一人ひとりの成長を感じることができ、嬉しく思います。また、友達との関わりが増えて、ごっこ遊びをすることが多くなり、自分達で役割を決めて楽しんでいる姿が見られます。まだまだ、残暑は厳しい時期ですので、水分補給をしっかり行い、熱中症に十分、気をつけていきたいと思ひます。



★お願い
★汚れ物入れビニール袋の入れ忘れが多くなっています。再度、チェックをお願いします。

9月生まれのお誕生日おめでとうございます。



すなかわ ゆいとくん

4日



ひが しゅんくん

7日




おおきになったら
りゅうそうじやーに
なりたいです。

おおきになったら、
ばとれんじやーに
なりたいです。






大イベント運動会、ドキドキ、ワクワクでしたが、楽しかったですね。♡ 朝早くからご観覧いただきました保護者の皆様、ありがとうございました! 保護者競技へのご参加もありがとうございました!



栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

かぜの初期に
ネギみそ湯

みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

吐き気止めには
ショウガ汁

おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

体の調子を整える
里芋 菜類

野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい! 積極的にとりましょう。

ビタミンC

不足するとかぜをひきやすい
キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど



ビタミンA, カロテン

粘膜を強くする
ホウレンソウ、ニンジン、ニラなど

