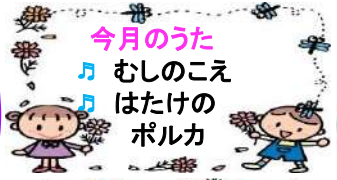


# 9月まなぶだより



今月のうた  
むしのこえ  
はたけの  
ポルカ



## 9月生まれのおともだち

### ちゅうりっぷぐみ

- 8日 たかやす ローズさん
- 25日 ともり あかりさん

### ゆりぐみ

- 4日 うえの ゆうはさん
- 6日 あさと あかりさん
- 11日 かでかる せいとくん
- 19日 なかいま えいとくん
- 24日 もとじま うたのさん

### ひまわりぐみ

- 14日 おおじ りくとくん
- 26日 いしかわ けいとくん

### ばら①ぐみ

- 7日 あかみね えるさん

### はら②ぐみ

- 4日 たまき りほさん

## 生活リズムを見直そう

ご家庭や園で思いきり楽しんで夏が過ぎたこの時期は、疲れが出やすく、生活リズムも崩れがちです。1日の生活のなかで、「3食しっかり食べること」「睡眠・休息を十分とること」はとても大切なことです。そのためにも、早寝・早起きの習慣をつけ、朝食はしっかり食べることを心がけましょう。園でも、無理のない生活リズムで過ごしていきたいと思います。



お忙しい中運動会にご参加いただきありがとうございました！！

## 食事はおいしく楽しい時間

食事は生きる基本であり、健康な生活には欠かせません。だからこそ、食事を楽しみ、喜び合う時間にしていくため、下記の5項目を食に関する目標としましょう。

1. おなかがすくリズムをもてる子ども
2. 食べたいもの、好きな物が増える子ども
3. いっしょに食べたい人がいる子ども
4. 食事作り、準備に関わる子ども
5. 食べ物話題にする子ども

## 9月の行事予定

- 14日(木) 避難訓練
- 15日(金) お弁当会
- 16日(土) ばら組保育参観  
園内研修
- 18日(月) 敬老の日
- 23日(土) 秋分の日
- 25日(月)~29日(金) お誕生会
- 30日(土) はごろもまつり  
ちびっ子エイサー  
(ゆり組)

## 10月の行事予定

- 6日(金) 消防署見学
- 9日(月) スポーツの日
- 10日(火)~12日(木) お誕生会
- 13日(金) お弁当会  
お泊り保育(ゆり組)
- 19日(木) 避難訓練
- 21日(土) ひまわり組保育参観  
園内研修
- 31日(火) ハロウィンパーティー



## “いざという時のため非常食をそろえておこう”

災害時、救済活動が整うのは発生から3日以降といわれています。そのため非常食は、最低でも3日分は用意しておきましょう。準備しておきたいのは、水やパンやレトルトごはん、肉・魚・豆などの缶詰め、即席麺、乾物、卓上コンロなど。ラップフィルムや紙皿、プラスチックスプーンなどがあると、水を使わずに済みます。年に数回中身を見直し、賞味期限を確認しておくことも大切です。