

11月の園だより

令和 6年10月31日
社会福祉法人 まほろば
湊 こども園



金木犀が香るころとなりました。先月は雨予報の中、3～5歳児クラスの運動会を開催しました。当日の朝は驚くほどの晴天で、3～4歳児の運動会では、額に汗をにじませながらダンスやパラバルーン、サーキット遊びや器械体操、かけっこに取り組んでいました。どれも一生懸命さと可愛らしさが伝わり、その中で成長を見ることもでき嬉しく思いました。5歳児の運動会では、怪しげな雲行きを子どもたちのパワーで払いのけ、リレーでは白熱の戦いで盛り上がり、組体操では友達と力を合わせて一つになろうとする年長児らしさを見せてくれました。保護者競技では歓声をあげて喜ぶ子どもたちの姿が印象的でした。どちらの運動会でも微笑ましかったのが親子競技で、大好きなおうちの方と一緒に、競技を楽しむ子どもたちの表情に胸が熱くなりました。大勢の保護者の方々にご参加いただき、素晴らしい運動会となりました。ありがとうございました。

園 長

11月の行事予定			16	土	園庭開放
1	金	身体測定（～8日）	17	日	
2	土		18	月	清掃デー
3	日	文化の日	19	火	
4	月	振替休日（休園）	20	水	体育教室
5	火		21	木	やきいも会（雨天延期22日）
6	水	体育教室	22	金	
7	木	四園交流（5歳児） 園庭開放	23	土	勤労感謝の日（休園）
8	金		24	日	
9	土		25	月	
10	日		26	火	
11	月	保護者会主催イベント	27	水	
12	火	歯科健康診断	28	木	
13	水	尿検査（2～5歳児）	29	金	
14	木	防火訓練 尿検査（予備日）	30	土	
15	金	七五三お祝い			



<12月の主な行事予定>

21日（土）生活発表会（3～5歳児）…0～2歳児は家庭保育のご協力をお願いします。保育が必要な方はお弁当が必要です。

24日（火）クリスマス会・26日（木）おもちゃつき・28日（土）保育納め（12月30日～1月4日は年末年始で休園）



お知らせとお願い

- ◎ 7日（木）四園交流（5歳児）…ベルキンダー・ベルキンダー安井・英彰・湊こども園の4つの園で交流会をおこないます。
- ◎ 11日（月）保護者会主催イベント…歌のお姉さんが来てくれます。10時よりおこないます。
- ◎ 14日（木）防火訓練…堺消防署の方に来ていただき、通報・避難・消火の総合訓練をおこないます。消防士さんのお話を聞いたり消防車の見学をさせてもらったりして、火事について知り、みんなで気をつけていきたいと思います。
- ◎ 15日（金）七五三お祝い…子どもの健やかな成長と幸福を祈願する行事として、園より千歳飴（0・1歳児はビスケット）を全園児に贈り、お祝いします。
- ◎ 21日（木）やきいも会…園庭でさつまいもを焼いて、焼きたての美味しいおいもを食べます。4・5歳児はレジャーシートを持ってきてください。（雨天延期22日）



保健だより

<視力・聴力検査>



10月から、3・4・5歳児クラスで視力・聴力検査をしています。
5歳児さんは、検査方法を覚えていてスムーズに検査ができました。
4歳児さんも、昨年した時よりしっかりとできていて、視力検査では「右」「左」「上」「下」と答えてくれます。
3歳児さんは、初めての検査にドキドキ。聴力検査では、音が聞こえて“ハッ”と目を大きくしたり、ニッコリ笑ったり、いろいろな反応がみられます。
まだ全員できていませんが、子どもたちの様子を見ながらゆっくり進めていこうと思っています。

< お願い >

- ◎ 12日（火）は歯科健康診断があります。歯みがきをして登園してください。
医師に質問のある方は、看護師または担任までお知らせください。
- ◎ 13日（水）（予備日14日（木））は、2～5歳児を対象に尿検査をおこないます。
前日12日に容器をお渡ししますので、前日に休む予定の方は前もってお知らせください。



食育だより

<体を温める食べ物>

気温が低くなり、温かい食べ物が美味しい季節になりましたね。
体を温めてくれる食べ物といえば、どんなものを思い浮かべますか？

体を温めてくれる食べ物には特徴があります。

- ① 地下で育つもの
地面の上と下、どちらかで育つかによって違いがあります。地面の下で育つ根菜類は、体を温める傾向にあると言われています。
- ② 発酵しているもの
腸内環境を整えてくれる発酵食品は、腸の動きを活発にしてくれるので代謝が上がり、体を温めてくれます。また、発酵させて作られる調味料やお茶、ココアなども体を温めるのに役立ちます。

また、朝食を食べると内臓の活動が促され、エネルギーを作り始めるため体温が上がります。
朝食には、温かいみそ汁やスープなどを取り入れるのがおすすめです！
体を温める食べ物でも、冷たい料理にすると体を冷やしてしまいます。
冷たいものばかりを摂るのは避け、水分は常温か温かいものを摂るようにしましょう！
ゆっくり噛んで食べると、消化吸收の際にエネルギー消費し、体温を上げることにもつながります。

工夫して体を温め、元気に過ごしましょう！



- ◎ 11月より個人懇談会をおこなっていきます。（全員対象）1人20分程度を予定していますのでよろしくお願いします。日程は決まりしだい各クラスよりお知らせします。（0～2歳児は年内、3～5歳児は1～2月に予定しています。）