

えんだより 9月

元気に過ごそう

2学期が始まりました。運動会や園外保育など、体を動かす機会が多くなります。元気に体を動かすためにも、しっかりと朝ごはんを食べましょう。また、睡眠時間も十分に取、けがや病気をすることなく毎日を過ごせるように、がんばりましょう。

今月の予定

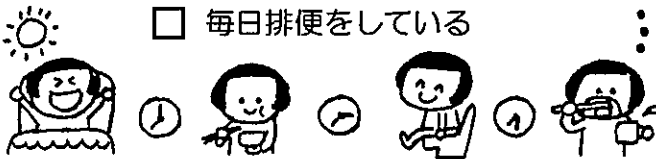
- 2日 引き渡し訓練
 - 10日 身体計測
 - 20日 誕生会
 - 24日 避難訓練
- (10・19運動会)



生活リズムを チェックしよう

お盆休みも終わりました。休み明けは特に生活リズムが乱れがちです。家族でチェックしてみましょう。

- 早寝早起きをしている
- 朝ごはんを食べている
- 洗顔・歯みがきをしている
- 毎日排便をしている



【足に合った靴を】

プール遊び・水遊びが終わり、靴を履いて運動する機会が増えてきます。子どもたちが元気に動き回れるように、靴が足に合っているかどうか見直していきましょう。つま先に余裕があるか
足幅は合っているか
痛いところはないかなど
子供と一緒に確認してみてくださいね。



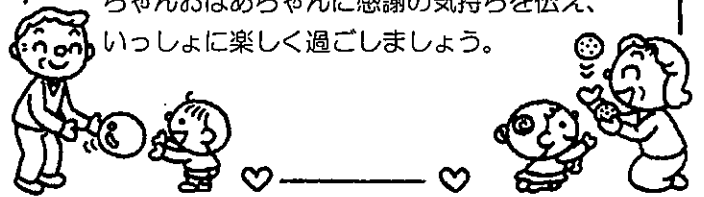
秋の七草は
なんでしょう

秋分の日
9月22日です

【吉浦 瑠里栄養士】
新しく来られた栄養士です
皆さんと楽しく食育活動
したいと思います。
よろしくお願ひ致します。

敬老の日

9月の第3月曜日は「敬老の日」です。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う日」として定められました。また、15日から21日までが「老人週間」とされています。おじいちゃんおばあちゃんに感謝の気持ちを伝え、いっしょに楽しく過ごしましょう。



ふいかえってみましょう

約束やお手伝いを書き出してみました。
できたかな？

約束

- ・歯みがきをする
- ・早寝早起きをする
- ・おもちゃをかたづける
- ・あいさつをする

手伝い

- ・テーブルをふく
- ・洗たく物を入れる
- ・水やり
- ・おはしを並べる
- ・お皿をかたづける

などです。
9月も引き続きがんばりましょう。