



10月 園だより

平成30年9月28日
 社会福祉法人ハイジ福祉会
 ハイジ保育園
 Tel. 879-6057
 Tel. 874-8065 (分園)

朝夕はさわやかな風を感じられるようになり、活動しやすい季節となりました。ますます元気に走り回る子ども達。体もぐんぐん大きくなり力強さも感じられます。保育園のあちらこちらで子ども達のパワーも全開し、活動量の多いこの時期、睡眠を十分にとり、食事も栄養バランスを考え三食きちんとするように健康管理に気を配りましょう。

行事予定



- 8日(月) 体育の日(休園)
- 10日(水) 身体測定
- 12日(金) 弁当会・お泊り保育(宙組)
※ お泊り保育の詳細は、後日お知らせします。
- 15日(月) 避難訓練
- 17日(水) ファミリースポーツデーリハーサル
- 19日(金) 誕生会・育児相談
- 27日(土) てだこ祭り(宙組参加)



今月の目標

- ・ 戸外活動を活発にし、個々の力を十分に発揮する。
- ・ 決まりを守り、協力する楽しさを味わう。
- ・ 何でも食べる習慣を身に付け、丈夫な身体をつくる。



☆目の愛護デー☆

数字の10を横にすると目とまゆ毛に見えることから10月10日は「目の愛護デー」とされています。ゲームやテレビの画面を長時間見たり、悪い姿勢で本を読んでいたりと、目が疲れてしまいます。テレビを見る時間を決める、目に良い物を食べる、体を動かすなどをして目を大切にしましょう。普段から目によいことを心がけていますか？ 一度見直してみましよう。

- 毎日ぐっすり眠っている。
- テレビやゲームの画面を見るときは、部屋を明るくして、時間を決めて見ている。
- 時々遠くの景色などを見ている。
- 目が乾かないように気をつけている。



土踏まずの発達

子どもの足の裏を観察してみましよう。土踏まずは形成されていますか？土踏まずは、体のバランスを取ったり、足を地面に着ける時の吸収したりする役割があります。へんぺい足だと、疲れやすい、転倒しやすいと言われています。はだしで動いたり足指ジャンケンをしたりして、土踏まずが発達するようにしましょう。



～お招き会のお礼～

先日は平日のお忙しい中、お招き会におじいちゃん、おばあちゃんのご参加ありがとうございました。お招き会で一緒に過ごしたひとは、ほのぼのとして、子ども達もとても喜んでいました。これからも、子ども達を温かく見守って下さいますようお願いいたします。