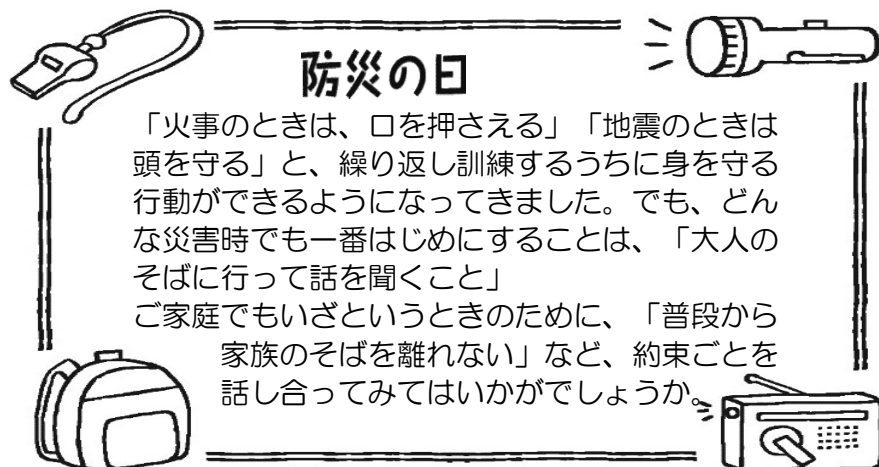


9月



2022年9月 新中央保育園

朝夕の気温がぐっと下がり、一気に秋めいてきましたね。気温の変化が激しく夏の疲れも出やすい時期です。規則正しい生活を心がけ、毎日元気に過ごしていきたいですね。肌寒いときは上着を着るなどこまめに衣服を調節し、生活のリズムを整えバランスの良い食事をとりましょう。また、着替えの補充や名前が書いてあるかの確認など、ご協力をお願いします。



防災の日

「火事の際は、口を押さえる」「地震のときは頭を守る」と、繰り返し訓練するうちに身を守る行動ができるようになってきました。でも、どんな災害時でも一番はじめにすることは、「大人のそばに行って話を聞くこと」

ご家庭でもいざというときのために、「普段から家族のそばを離れない」など、約束ごとを話し合ってみてはいかがでしょうか。

疲労回復にピッタリ～ブドウ

夏の疲れが出やすい時季。

ブドウに含まれる果糖・ブドウ糖は吸収が良く、疲労回復効果が高いので、おやつやデザートに、ぜひ取り入れたい果物です。種や皮にも栄養があり、特に皮に含まれるポリフェノールには、視力回復・老化予防・美肌・血液をサラサラにするなどの効果があるそうですよ。



13日(火)	避難訓練
19日(月)	敬老の日 休園
23日(金)	秋分の日 休園
30日(金)	誕生会
おまつりごっこ	

※30日(金)は、ごはんはいりません

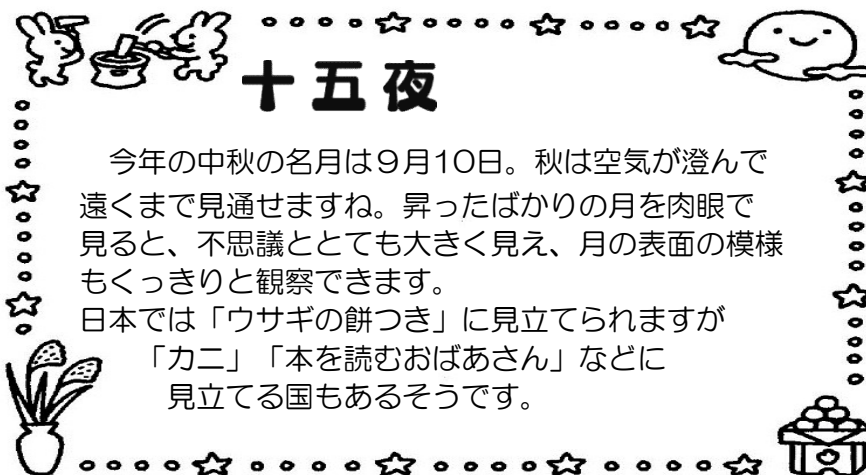
◎おまつりごっこ

9月生まれの誕生会のあと、今年もおまつりごっこをします。くじコーナーや金魚すくいなど、楽しいコーナーがいっぱい！ みんなで作ったスイーツの買い物もあるようです。お楽しみに～♪



◎退園しました

はな組 はしもと しんり さん 元気だね！



今年の中秋の名月は9月10日。秋は空気が澄んで遠くまで見通せますね。昇ったばかりの月を肉眼で見ると、不思議ととても大きく見え、月の表面の模様もくっきりと観察できます。

日本では「ウサギの餅つき」に見立てられますが「カニ」「本を読むおばあさん」などに見立てる国もあるそうです。