



# ももやまだより 10月号 No78



台風一過でやっと涼しい秋風が吹き始めました。コスモスに彩られた園庭では、きぐみ・ももぐみさんがはりきってかけっこをしています。また、全員が1歳を迎えたあかぐみさんも、立ち乗りバギーやベビーカーで声を出しながらお散歩に出かけるようになりました。過ごしやすいこの時期に戸外遊びを楽しみながら、丈夫な身体づくりをめざしていきましょう。 園長

## あかぐみ

9月から1名増えて、8名になったあかぐみさん。みんな1歳のお誕生日を迎えて、さらに活発に動いてあそびを楽しんでいます。お友達へも興味津々で、頭を撫でてみたり、ぎゅっと抱きしめたりしてスキンシップをとりお互い嬉しそうにしています♪これから涼しくなるので、園庭で遊んだり、散歩に出かけたりして秋ならではの楽しさを味わえるようにしていきたいと思います。



## ももぐみ

初めてのクッキング・園外保育、そして芋掘り…と盛り沢山の行事を楽しんだももぐみさん。長い距離もしっかり歩けるようになり、トンボやバッタを見つけながら秋のお散歩を楽しんでいます。どんぐり拾いでは、袋一杯にどんぐりや松ぼっくりを見つけて大喜びでした♪運動会に向けてかけっこなど練習を頑張った子どもたち。当日はどんな姿が見られるのか、ぜひ楽しみにしててくださいね！



## きぐみ

9月になり、お月見団子作りやどんぐり拾い、芋掘りなど秋ならではの行事を楽しみました。どんぐり拾いでは、バスに乗る事を楽しみにしていたので行く前からウキウキのきぐみさんでした♪久しぶりに外でおやつも食べたので気持ち良かったです。また、運動会に向け練習も頑張っています！一番大きいクラスということもあり、入場行進や体操、競技の練習をはりきってしています。本番も元気いっぱい頑張ろうね！



今月の  
おすすめ絵本

「いちにちおばけ」



- 1日(土) 運動会
- 13日(木) ぶどう狩り(きぐみ)
- 14日(金) 誕生会&お芋パーティー
- 24日(月) 芸術士3回目(きぐみ ももぐみ)
- 28日(金) ハロウィンパーティー



大人気の「いちにち」シリーズ！ほくもおばけになったら、おばけがこわくなるのかな？よし、いちにちおばけになってみよう！いろいろなおばけになってみたら、おばけて意外と楽しいかも？おばけが嫌いなお子様でも楽しく読める一冊。ももぐみ、きぐみさんも大好きな絵本です。



## ほけんだより



夏の暑さも和らぎ過ごしやすい季節になりました。これからの季節は空気が乾燥し、ウイルスに感染しやすくなります。手洗い、うがいを励行し、体調を崩さないよう免疫力を高め、病気に負けない元気な身体を作っていきましょう。

### 10月10日は目の愛護デー

生れた時は明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並の1.0くらいになるのが、6歳頃と言われています。子どもは視力に異常が生じていても自分で症状を訴えることは難しいこと。気になる様子が見られたら眼科を受診しましょう。

…こんな時は心配です…

- ・目を細めている
- ・顔を傾けて見る
- ・いつも涙ぐんでいる
- ・まぶたが下がっている
- ・片目で見る
- ・まぶしがる

### インフルエンザ予防接種について

風邪よりも症状が重く感染力も強いインフルエンザ。0,1,2歳児がかかると肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けることでその感染症にかかりにくくなったり重症化を防いだりする効果が期待できます。

#### ・接種の方法は？

生後6か月から受けられます。大人は1回接種。13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後2～4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーのある子は医師と相談しましょう。

#### ・いつ頃受けた方が良いの？

通常、流行期間が12月～3月です。それまで免疫をつけておきたいので1回目は10月頃に、2回目は2～4週間後に接種しましょう。



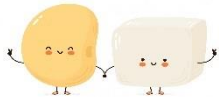
## 給食だより



紅葉が美しく秋風を感じる季節です。季節の変わり目ともなりますので、体調管理に気をつけながら規則正しい食生活を心がけましょう！また実りの秋でもあり、新米をはじめ粟、きのこ、さつま芋などの美味しいものが豊富に出てくる季節でもあります。

今月の旬の食材

**大豆**…秋は大豆の収穫時期になります。大豆そのものは小さく切らないと喉に詰まる危険があるので、皆さんは大豆製品であるお豆腐がおすすめです。お豆腐は柔らかく、消化吸収が良いので、胃腸に負担をかけることなく良質のたんぱく質がしっかりとれます。大豆に含まれるオリゴ糖にはビフィズス菌を増やす働きがあるので、悪玉菌の数が減り、腸内環境が良くなります。煮物やお汁(洋風のスープにも合います)などに使いやすいです。離乳食にもとても使いやすい食材です。



★保育所の菜園で収穫したさつま芋は、日々の献立やおやつ作りに取り入れていきたいと思えます。

※尚、献立内容、おやつについては食材入荷状況により変更する場合があります。

社会福祉法人 浩福会 桃山保育所  
〒763-0091 丸亀市川西町北 998-1  
☎ 0877-35-7068 FAX 0877-35-7066