



令和3年度.10月号

吹く風が少しひんやりして、とても心地よく感じられます。この過ごしやすいこの季節は、子ども達もいろいろなことを経験するよい時期です。さらに友達の輪を広げたり、できなかったことに挑戦したりする橋渡しをしていこうと思います。

<今月の目標>

ひよこ

・保育教諭などと一緒に体を動かしたり、探索活動を楽しむ。

はな

・保育教諭に援助されながら、衣服を自分で着脱しようとする。

そら

・戸外遊びや散歩を通して体力作りを行う。

あか

・友達と好きな遊びを楽しみながら、自分の思いを言葉で伝えていく。

あお

・ルールのある遊びを友達と一緒に楽しんだり、いろいろな運動遊びに挑戦したりする。

しろ

・共通の目的に向け、力を合わせて取り組み、達成感や満足感を味わう。

みんなの広場⇒ひよこ



白いおひげでハイチ〜ズ☆



うんどう会頑張るぞ!!



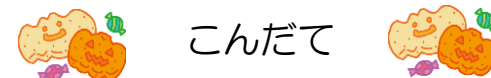
絵本大好き♡



オレンジ帽子が似合うでしょ?



ペタッと上手に貼れたよ☆



行事予定

- 1日(金) はな・そら組身体測定
- 4日(月) ひよこ組身体測定
- 6日(水) 第2回合同練習 10時~
- 9日(土) 運動会 一部 9時~
二部 10時半~
- 14日(木) 赤・青・白組身体測定
- 16日(土) 運動会延期日
- 21日(木) 誕生会
- 27日(水) 避難訓練(火災)

目に良い食べ物とは?

10月10日は目の愛護デー。目の健康のために良い食べ物を食事にとり入れて、目を大切に! 目に良いビタミンのほか、魚に含まれるDHAやブルーベリーのアントシアニンも目の健康に効果的です。

- ビタミンA** 目の乾燥を防ぎ、動きを良くする(緑黄色野菜・レバー・バター)
- ビタミンB1** 目の神経の動きを正常にする(レバー・豚肉・ウナギ・麦)
- ビタミンC** 目の充血を防ぐ(緑黄色野菜・果物・サツマイモ)

1	金	鶏の照り焼き 野菜のナムル 果物	黄桃ホットケーキ
2	土	焼きうどん ごまいりこ 果物	おかし
4	月	魚の竜田揚げ 野菜サラダ 果物	おかし
5	火	団子汁 小松菜と竹輪のごま和え	お好みマカロニ
6	水	ハヤシライス レバーの生姜煮	さつま芋蒸しパン
7	木	焼魚 野菜のおかか和え 果物	みかんヨーグルト
8	金	肉野菜炒め 南瓜の甘煮	バナナ
9	土	うんどうかい	☆
11	月	コーンクリームシチュー レバーの生姜煮	丸ボーロ
12	火	ギョロツケ ひじきサラダ 果物	ココアスナック
13	水	厚揚げとひじきの煮物 キャベツのカレーマヨ炒め	おかし
14	木	鯖の生姜煮 マカロニサラダ 果物	おかし
15	金	煮ぐい 南瓜の天ぷら	ジャムサンド
16	土	ミートスパゲティ 半月卵 果物	おかし
18	月	厚揚げ入り八宝菜 竹輪の照り煮	おかし
19	火	魚のオランダ揚げ 野菜の卵とじ 果物	ゼリー
20	水	相性汁 ほうれん草のごま和え	クリームパン
21	木	五目ごはん すまし汁 ヤクルト	プリン
22	金	鮭のタンドリー焼き ポテトサラダ 果物	りんご蒸しパン
23	土	肉じゃが わかめのさっと煮 果物	おかし
25	月	大豆入りカレー レバーの生姜煮	ホットドッグ
26	火	魚のチーズフライ 野菜ソテー 果物	りんごヨーグルト
27	水	炒り豆腐 キャベツとウインナーのソテー	おかし
28	木	すき焼き風煮 ほうれん草の海苔和え	シリアルおこし
29	金	魚のピザ焼き ひじきの煮物 果物	あんぱん
30	土	肉うどん ちりめん煮昆布 果物	おかし

21日は誕生会です。お弁当はいりません。