



ようやく秋風を感じ、少しずつ過ごしやすい季節になってきました。キンモクセイの甘い香りが風に乗って、みんなを幸せな気分にしてくれます。キンモクセイは目の疲れを癒し、肝臓の働きを助けるといわれています。脳内物質「オレキシン」を抑制する効果があるので食欲を抑えてダイエットにつなげることも出来る事ご存知でしたか？良いことばかりですね!!

 10月にお芋掘りを予定しておりましたが、猛暑続きと雨不足の為、苗が育たず不作となってしまいました。そのため申し訳ありませんが中止とさせていただきます。ご了承ください。

10月の予定



・15日(水)サーキットあそび

でこぼこ道やトンネル、滑り台など体を動かして楽しみましょう♪

時間: 13:00~14:30

場所: ベこのこのお部屋とホール



《あそびの広場》

園庭・べこのこのお部屋開放

(毎週 月・水・金 午後1時~午後2時半)

※自分のお子様から目を離さないようにお願いします。

※10日(金)・24日(金)はお休みです。

※終了時間が15時から14時半に変更させていただきます。

《子育て相談》

毎週月~金曜日 午前10時~午後4時

子育てについて不安や質問はありませんか？

一人で悩まないで、何でも気軽に声を掛けてください。

電話、または来園での相談にも応じます。

どうぞ、お気軽にご相談ください。



夕涼み会



御神輿、盆踊り、ゲームなどお祭りの雰囲気を楽しみました



10月6日は「中秋の名月」です



中秋の名月とは、旧暦8月15日にお月見をする習わしのことで、十五夜とも呼ばれます。いも類の収穫期であることから「いも名月」ともいわれ、団子とともに、さといもなどをお供えます。

ハロウィンにかぼちゃ料理

10月末のハロウィンの頃は、夏に収穫されたかぼちゃが熟しておいしい時季です。ハロウィンのシンボルでもあるかぼちゃを、行事を祝う食事にも取り入れてみてはいかがでしょうか？



【子どもの体力】

子どもの体力は、体の柔らかさや筋力など、全体的に低くなっています。原因としては、昔と比べて体を動かす遊びが減り、ゲームや室内あそびが増えているためです。運動不足と食べ物で生活習慣病になってしまう子どもも増えています。そして、歩く機会も減っています。適度な運動は必要なので、身近な所から少しずつ頑張ってみましょう。まずは遊びの原点である鬼ごっこ、「待て待て〜」遊びなどから始めてみてはいかがでしょうか。特に今年の夏は猛暑が続き、室内で過ごすことが多かったと思います。体力が落ち、暑さの疲れから体調を崩しやすくなりますので、無理なく、涼しさを感じられる日には戸外に出て、お子さんと一緒に体を動かすことを意識してみてください!(^^)!

