



9月の園だより

社会福祉法人 輝福社会
ここわ保育園
住所：宜野湾市野嵩2-22-12
TEL：892-2261
担当：知念 吉奈
平成30年9月3日 発行

9月になり、朝夕は涼しくなったものの、日中はまだ暑い日が続いています。
楽しかったプール遊びもあっという間に終了となり、子ども達からは「たのしかったね〜」「もっとやる〜」など、ちょっぴり名残惜しそうな様子です。それでも、友達や保育士と一緒に、水の気持ち良さや面白さなどを感じ、夏ならではの遊びをたっぷり楽しむことができ、嬉しそうでしたよ！プルーカードの記入や水筒の準備など、ご協力いただきありがとうございました。
これからは、来月開催予定の運動会に向けての活動が盛んになってきます。静と動のバランスをとりながら、水分補給をしっかり行い、汗をかいた時には着替えるなどし、体調管理に留意しながら子ども達と元気に過ごしていきたいと思っています。

第3回
うんどうかい

●リハーサル●
日時：10月18日(木)
場所：新城児童センター

●本番●
日時：10月27日(土)
場所：普天間第二小学校体育館

※詳細は、後日お手紙にてお知らせします。
※動きやすい服装で、登園してください!!

ビタミンを摂取して 免疫力UP

ビタミンには、体の調子を整える役割があります。たとえば、緑黄色野菜に含まれるビタミンAは、粘膜や皮膚の健康を維持し、プロックリーや果物の柿に多く含まれるビタミンCは、コラーゲンの生成を助け白血球の動きを強化します。
また、カボチャや赤ピーマンに多く含まれるビタミンEには、抗酸化作用があります。ビタミンを積極的に取り入れて体の免疫力をアップさせましょう。



元気に過ごそう!

運動会に向けて、体を動かす機会が多くなりました。元気良く体を動かすためにも、しっかりと朝ごはんを食べましょう。
また、睡眠時間も十分に取れ、けがや病気をすることなく毎日を過ごせるように、生活リズムを見直してみましょう!



- **早寝早起きをしている**
睡眠は、脳や体の発育を促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。
- **朝ごはんを食べている**
朝ごはんを食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。よく噛んで、しっかり食べるようにしましょう。
- **毎日排便をしている**
朝ごはんを食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ごはんの後はトイレに座る時間をとりましょう。

祖父母☆お招き会

下記の日程で、祖父母の方を対象に「お招き会」を計画しています。
たくさんの祖父母のみなさんにご参加いただき、お孫さんや子ども達と楽しい時間を過ごしていただきたいと思っています。

日時：10月11日(木)10時～
場所：宜野湾市中央公民館

9月の おたんじょうび

- うみ組(1歳)
○○○○ ○○○さん
○○○○ ○○○さん
○○○○ ○○○さん
- りん組(3歳)
○○○○ ○○○さん
- つき組(4歳)
○○○○ ○○○さん
○○○○ ○○○さん

おたんじょうびおめでとう!

ふれあいBOX
8月1日～31日まで、
0件でした。

～新園舎建設の進捗状況～
8月に最後のコンクリート打設が無事終了し、12月完成を目指して、工事は順調に進んでいることをお知らせいたします。

9月の行事予定

*都合により変更になる
ことがあります。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|--------------------|-------------|---------------------|--------------------|--|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | 午前和太鼓 (にじ・たいよう) | 朝会 | 午前サッカー (にじ・たいよう) | 園外プール (にじ・たいよう) | | |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | | 朝会 | | | 避難訓練 | |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| | 敬老の日 (休園) | 朝会 | | 弁当会 | | |
| 23/30 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 秋分の日 | 振り替え休日 (休園) | 朝会 午前和太鼓 | 午前サッカー (にじ・たいよう) | | お楽しみ会 通所介護センター との交流会 (9時) にじ・たいよう | |