



ISHIYAMAKUJIRA
SHOUKIBOHOIKUEN

発行日：令和3年9月吉日



石山くじら小規模保育園だより

実りの秋、食欲の秋です。一年の中で一番食べ物のおいしい季節です。子どもの頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。毎日の食卓に旬の食材を取り入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね。

＊ 10月10日は目の愛護デー

＊「いただきます」と
「ごちそうさま」



「命を頂く」という意味に込められた「いただきます。」のように、食事の挨拶をすることは大切です。言葉の意味のわからない赤ちゃんでも、はじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。

二つの10を横に倒すと眉と目に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。子どもの頃は、目が最も育つ時期。この日を機会に子どもたちの目の健康を見直してみましょう。

☆見る力を育てるポイント

- ①明るさ、・暗さのメリハリのある生活を。
- ②広い空間で体と目を動かす機会を。
- ③いろいろな物を見る体験を。
- ④テレビ、ゲームは時間を決めて。

☆目に良い物

目によいビタミンの他、魚に含まれるDHC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。

10月予定

避難訓練 身体測定

秋の遠足 14日（木）

保育料引き落とし日 27日（月）

11月予定

避難訓練 身体測定

保育料引き落とし日 27日（月）

おやこふれあい遊び 13日（土）

＊ 退園されます。お元気で。

お引っ越しされました。
寂しくなります。
おじいちゃん、おばあちゃんに
いっぱいかわいがってもらってね。



生まれのお友達

HAPPY BIRTHDAY

素敵な1年のはじまりとなりますように



好きな食べ物
チョコレート🍫

