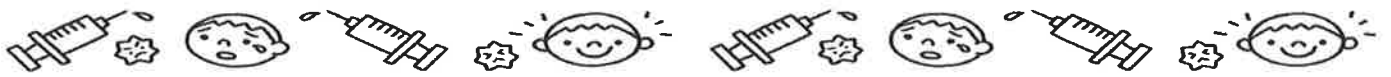


11月



だんだんと朝夕の冷え込みが増しています。木枯らしにも負けず元気いっぱい戸外を走り回る子どもたち。もみじのように頬を赤く染めて素敵な笑顔を見せてくれます。運動会では沢山のご声援とご協力をありがとうございました。運動会を通して、子どもたちはまた一つ成長した姿を見せてくれていますよ★

11月は季節の変わり目となる時期で、体調を崩しやすくなります。子どもたちの体調面に留意しながら、身近な秋の自然に触れていき伸び伸びと過ごしていきたいと思ひます。



～11月の予定～

- 6日(水) のはらクラブ
- 8日(金) 2歳児遠足(門池公園)
- 11日(月) 4・5歳児遠足(王子動物園)
- 12日(火) 3歳児遠足(明石公園)
- 9日(土) 秋まつり
- 14日(木) 内科検診
- 21日(木)～ 身体測定
- 22日(金) 避難訓練

～12月の予定～

- 4日(水) トーンチャン演奏会
- 5日(木) しめ縄づくり(5歳児)
- 11日(水) のはらクラブ
- 13日(金) 避難訓練
- 16日(月)～ 身体測定
- 18日(水) 誕生日会
- 20日(金) クリスマス会
- 28日(土) 保育納め

～1月の予定～

- 4日(土) 保育始め
- 8日(水) のはらクラブ
- 14日(火)～ 身体測定
- 17日(金) 避難訓練
- 22日(水) 誕生日会
- 31日(金) 歯科衛生士による歯磨き指導

11月8日は **いい歯の日**

毎月合わせて11月8日は「いい歯の日」です。

噛むことでこんなにいいことが★

- ①脳が活性化される!
- ②運動機能が向上する!
- ③表情がいきいきする!
- ④言葉も明瞭になる!
- ⑤生きる意欲に繋がる!

色々な食品を食べ、必要な栄養がバランスよく摂れる

しっかりと噛める!

噛むことで起きる相互作用

唾液の分泌が消化を助け、病気を防ぐ!

唾液中の酵素のはたらきで、美味しさを味わえる

🦠かぜのはやり始めです🦠

朝晩に冷え込むことが増えてきて、かぜがやり始める頃。冬を元気に過ごせるよう、今のうちからしっかりとかぜの対策をしていきましょう。基本は手洗いです。30秒以上洗う必要があるそうです。時間を計るのは難しいですが、「ハッピーバースデー」の歌を2回歌うと、大体30秒になります。ぜひ保護者の方も、お子さんと一緒に歌いながら楽しく手洗いをしてみてください。

★歯の健康〇×クイズ★

- ①歯みがきの時は、口を大きく開くと奥まできれいに磨きやすい。
- ②子どもの歯は、赤ちゃんがお母さんのお腹の中にいる頃から作られ始めている。
- ③虫歯がしやすい時間帯は、夜寝ている時である。
- ④子どもの歯と大人の歯。虫歯になりやすいのは子どもの歯である。
- ⑤牛乳は歯を丈夫にしてくれる。⑥歯磨きは15分くらい時間をかけてじっくりやった方が良い。

