

11月の園だより



令和 7年10月31日
社会福祉法人 まほろば
湊 こども園

日差しが弱まり、吹く風にも冷たさを感じます。今月7日は立冬で、秋から冬へと移り変わる季節です。先月は、3～5歳児クラスの運動会をおこないました。お忙しい中、大勢の保護者の皆様にご参加いただきありがとうございました。嬉しそうな表情、緊張した表情など、さまざまな子どもたちの表情が見られる中、おうちの方々からの温かい応援や拍手に励まされ、一人ひとりが一生懸命、今まで以上の力を発揮している姿に、子どもの力って凄い！と感銘を受けました。

「やってみよう！」という意欲から「やってみたらできた！楽しい！」という自信に繋がった運動会でした。今年度後半期も、子どもたちの意欲や興味を大事に、生活や遊びを楽しんでいきたいと思います。

園 長

11月の行事予定			16	日	
1	土		17	月	
2	日		18	火	
3	月	文化の日	19	水	
4	火	身体測定（～10日）	20	木	体育教室 園庭開放
5	水	秋の遠足（3～5歳児）	21	金	保育参加
6	木	体育教室	22	土	
7	金	四園交流（5歳児）	23	日	勤労感謝の日
8	土	園庭開放	24	月	振替休日（休園）
9	日		25	火	歯科健康診断
10	月	清掃デー	26	水	やきいも会（雨天延期28日）
11	火	保育参加	27	木	体育教室
12	水	保護者会主催イベント 尿検査（2～5歳児）	28	金	
13	木	体育教室 尿検査（予備日）	29	土	
14	金	七五三お祝い 防火訓練	30	日	
15	土				

<12月の主な行事予定>

13日（土）生活発表会（3～5歳児）…0～2歳児は家庭保育のご協力をお願いします。保育が必要な方はお弁当が必要です。

24日（水）クリスマス会・25日（木）おもちゃつき・29日（月）保育納め（12月30日～1月4日は年末年始で休園）



お知らせとお願い

- ◎ 5日（水）秋の遠足（3～5歳児）…大型バスに乗って原池公園に行きます。
- ◎ 7日（金）四園交流（5歳児）…ベルキンダー・ベルキンダー安井・英彰・湊こども園の4つの園で交流会をおこないます。
- ◎ 12日（水）保護者会主催イベント『シャボン玉ショー』…10時よりおこないます。
- ◎ 14日（金）防火訓練…堺消防署の方に来ていただき、通報・避難・消火の総合訓練をおこないます。消防士さんのお話を聞いたり消防車の見学をさせてもらったりして、火事について知り、みんなで気をつけていきたいと思います。
- ◎ 14日（金）七五三お祝い…子どもの健やかな成長と幸福を祈願する行事として、園より千歳飴（0・1歳児はビスケット）を全園児に贈り、お祝いします。
- ◎ 26日（水）やきいも会…園庭でさつまいもを焼いて、焼きたての美味しいおいもを食べます。4・5歳児はレジャーシートを持ってきてください。（雨天延期28日）



保健だより

<感染予防しましょう>

10月はりんご病が少しずつ広がりました。今回のりんご病は、熱は微熱程度で、顔・腕・足に赤く発疹がしっかり出る症状です。潜伏期間が1～3週間と長く、発疹が出る前が感染期間です。インフルエンザも出始めました。中高生では一部流行しているようで、園でもいつ流行するかと心配しています。

<感染予防しましょう>

- ・ 手洗い、うがいをしましょう。
- ・ 咳が出る時は咳エチケットを！（必要ならマスクを着用しましょう）
- ・ きちんと食事をして休息をとり、体調を整えましょう。



※ 3～5歳児対象に視力・聴力検査中です。4・5歳児クラスの園児は前年にも経験しているのでテキパキと反応してくれます。3歳児クラスの園児たちは、声を出して教えてくれたり、指や体で『C』の形を作って教えてくれたりそれぞれの反応を見せてくれます。

< お願い >

- ◎ 12日（水）（予備日13日（木））は、2～5歳児を対象に尿検査をおこないます。
前日11日に容器をお渡ししますので、前日に休む予定の方は前もってお知らせください。
- ◎ 25日（火）は歯科健康診断があります。歯みがきをして登園してください。
医師に質問のある方は、看護師または担任までお知らせください。



食育だより

<体を温めてくれる根菜類>

秋から冬にかけて美味しくなる根菜類は、土の中でミネラルやビタミンを豊富に蓄え、食べると血行が良くなり代謝を上げてくれるので寒さをしのいで体を温めてくれます。

また、ビタミンCやカリウム、食物繊維を多く含まれていて栄養価が高いです。

旬の根菜類は、れんこん、ごぼう、にんじん、だいこん、かぼちゃ、さといも、やまいも、さつまいも、じゃがいも、かぶなどがあります。

☆根菜類のおすすめの食べ方☆

①加熱する

煮込み料理やスープ、炒め物など加熱して食べるとより体を温める効果が上がります。加熱して食べると甘みも増します。また、根菜類は固いものが多いので加熱がおすすめです。

②皮ごと調理する

にんじんなどは皮の近くにビタミンAのもとであるβカロテンという栄養素が多いので皮ごと調理することで、栄養を無駄なく摂ることができます。



- ◎ 11月より個人懇談会をおこなっていきます。（全員対象）1人20分程度を予定していますのでよろしくお願いします。日程は決まりしだい各クラスよりお知らせします。（0～2歳児は年内、3～5歳児は発表会后～2月に予定しています。）
- ◎ 園には、おもちゃ、シール、食べ物等、園で不要なものは持ってこないようにしてください。また、かばんにキーホルダーやバッジもつけてこないようにしてください。（アレルギーのお子様がいたり、落としてケガや友達のを触ってトラブルになったりすることがありますので、ご協力をお願いします。）