10月の園だより

令和　8年　9月30日
社会福祉法人　まほろば
湊　　こ　ど　も　園

先月は０～2 歳児クラスの運動会を開催しました。おうちの方や保育者と一緒に身体を動かして遊ぶ姿がとても微笑ましく、一人ひとりの成長を感じました。ご参加いただいた皆様ありがとうございました。今月は３～５歳児の運動会をおこないます。暑さもやわらぎやっと秋の気配を感じられるようになったのですが、今度は雨の日が続きなかなか園庭に出られない日々です。それでも子どもたちはお部屋やホールでダンスや運動遊びに取り組み、当日を楽しみに練習しています。一つ一つの演技や競技を通して『楽しかった！』『がんばった！』と満足感や達成感を感じることができる一日にしたいと考えています。保護者の皆様どうぞ温かい声援をお願いいたします。

園　長

10月の行事予定					
1	木	身体測定(～7日) 運動会全体練習(3～5歳児)	16	金	保育参加
2	金	園庭開放	17	土	園庭開放
3	土		18	日	
4	日		19	月	
5	月	清掃デー	20	火	リトミック
6	火		21	水	避難訓練（園外避難）
7	水	運動会予行（３～５歳児）雨天8日	22	木	体育教室
8	木		23	金	遠足（３～５歳児）
9	金		24	土	
10	土	第25回運動会（３～５歳児）雨天順延	25	日	
11	日		26	月	
12	月	スポーツの日（休園）	27	火	リトミック
13	火	リトミック	28	水	保育参加
14	水	ごみ減量出前講座（３～５歳児）	29	木	体育教室
15	木	体育教室	30	金	秋のおたのしみ会
			31	土	



＜１１月の主な行事予定＞　２日（月）四園交流（５歳児）　６日（金）保護者会主催イベント
１９日（木）歯科健康診断　１８日（水）やきいも会（雨天延期２０日）

お知らせとお願い

◎ １０日（土）３～５歳児運動会…時間をわけて２部制でおこないます。雨の場合は順延です。詳しくはお配りしているプリントをご覧ください。（優先席申し込み締め切りは 10/２(金)です）
＊０～２歳児クラスの方は家庭保育にご協力ください。仕事で一日保育になる方はお弁当日となりますのでご了承ください。（一日保育の方は２日（金）までにお知らせください）

◎ １４日（水）ごみ減量出前講座…堺市の方とマスコットキャラクター『ムーやん』が来園してごみの分別の大切さを教えてくれます。（３～５歳児）

◎ ２１日（水）避難訓練…津波警報発令を想定し、園を出て大仙西小学校まで避難の練習を行う予定です。９：４５までに登園してください。（雨の場合は延期します）

◎ ２３日（金）遠足…大型バスに乗って、家原大池公園へ行きます。（３～５歳児）
詳細は後日プリントを配布してお知らせします。

◎ ３０日（金）秋のおたのしみ会（ハロウィン）…保育者の催しをみたり、ゲームをしてお菓子をもらって食べたり、３～５歳児はホールで会食をして楽しみます。10：00 から始まります。

保健だより

＜10月10日は目の愛護デー＞



子どもの視力は、生まれてすぐの赤ちゃんは眼の前で動くものを認識できる程度です。
１歳で0.2～0.3、２歳で0.5～0.6、３歳で多くの子どもは1.0近くの視力を獲得します。
ただ、３～４歳の視力は不安定で、就学を迎える頃にやっと安定した視力が得られます。
園でも３～５歳児クラスを対象に、視力検査と聴力検査をおこないます。しかし看護師が園でおこなう検査なので、結果には誤差があると思います。何か違和感があったり、受診した方が良いと判断した場合はお知らせしますので、早めに眼科受診をお願いします。

お子さまにこんな症状はありませんか？
・目を細める　　・視線がずれる　　・明るいところでまぶしがる
・横目で見る、頭を傾けたり、あごを上げたり下げたりして見る　・近くで見る　など
何か気になることがあればお知らせください。

食育だより

＜食物繊維を上手にとろう！＞



収穫の秋がやってきました！秋野菜には夏の疲れを回復し、冬の寒さに備えて体を温める効果があります。さつまいも、れんこん、ごぼう、きのこなどの秋野菜には食物繊維が多く含まれています。

【食物繊維とは？】

〇水溶性食物繊維
　腸内細菌を増やし、コレステロールの吸収を抑えます。果物類、わかめなどの海藻類です。

〇不溶性食物繊維
　腸を刺激し、便通を促します。さつまいもやごぼうなどの野菜類、豆類です。

どちらも消化機能が未熟な幼児期の腸内環境を整えるために必要な働きです。お菓子やファーストフードなど子どもが好む食品ばかり取ると、便秘を誘発するため、長期化すると改善が難しくなります。腸内環境を整えることで免疫力もアップするので、食物繊維の豊富な果物、海藻類、野菜、豆類などを毎日の食事で取り入れて積極的に摂取できるようにしましょう！

10月1日から『赤い羽根共同募金』が全国一斉に始まります。

赤い羽根と袋をお渡ししますのでご協力お願いします。
（タッチパネルのカウンターに募金箱を置きます）

『赤い羽根共同募金』は、地域の一人暮らしの高齢者が集まる場を作ったり、地域の障がい者が働ける施設を運営したり、子どもたちが安心安全に地域で暮らす環境を整えたり、皆さんの身近な場所で寄付が役立てられていることが特徴です。
また、『災害等準備金』として積み立て、地震や水害など大きな災害がおきた時には、被災地の災害ボランティアセンターの設置や運営などのために使われています。
赤い羽根共同募金のホームページに、どのような活動に役立てられているか、具体的な内容が紹介されていますので見てみてください。