



日が落ちるのもすっかり早くなり夕暮れ時には、寒さが身に染みる季節となりました。子ども達はそんな事はお構いなしと言っているかのように、元気いっぱい園庭でかけっこやリレーなどの「うんどうかいごっこ」を楽しんでいます。

運動会を通してまた一つ成長した子ども達です。

11月15日は、「七五三」です。すべての子ども達の健やかな成長と幸せを願っています。

11月予定

ふなひきこども園
令和4年 11月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			スポーツ教室 (ぞう・らいおん組)	🍁文化の日 	芋ほり 宮学短期大学生 (17日まで実習)	
6	7	8	9	10	11	12
	身体計測 (未満児)	身体計測 (以上児) 検尿容器配布	幼年消防 フェスティバル (年長児) 検尿提出	英語遊び	誕生会 清武小就学児健診	
13	14	15	16	17	18	19
	七五三詣り (年長児)	絵画教室	スポーツ教室 (ぞう・くま組)		歯科健診 (12時～)	加納地区文化祭 作品展示 (加納地区 交流センター)
20	21	22	23	24	25	26
加納地区文化祭 作品展示 (加納地区 交流センター)		安全確認の日 お世話になっている 方に花を届ける	🍁勤労感謝の日 	加納小就学児健診		
27	28	29	30			
	総合避難訓練 (南部出張所来園)	焼き芋会	秋の遠足 交通指導			



ぞう組

楽しかった運動会！！先日は、たくさんの温かい拍手や声援ありがとうございました。
普段とは違う雰囲気子ども達の緊張がこちらまで伝わってきましたが、堂々とした姿に
たくさんの感動をもらいました。エイサーや和太鼓、ランドセルリレーそれぞれが
子ども達にとって最高の思い出になったようです。
運動会が終わり一つ大きく、逞しくなった子ども達！！クラスの団結力が増してきたぞう組です。
寒くなってきましたのでタオルのみ持って来てもらっていましたが、敷布団の準備を宜しく
お願いします。 ※汚れた衣服を入れるエコ袋を毎日忘れずに持ってきて下さい。



らいおん組

運動会に参加いただき、ありがとうございました。緊張する様子もみられましたが、
お友達と大きな声で応援する姿、かけっこ、リレー、体操教室、遊戯（ソレイユ）
どのシーンもとてもいきいきと楽しんでいました♪ 保護者の皆様のたくさんの声援のおかげで、
子どもたちもパワー全開で頑張ることができたと思います。

11月も楽しい行事が待っていますのでこれからもたくさんの思い出を子ども達と一緒に作って行きたいです♡



くま組

運動会にご参加いただきありがとうございました。

朝は少々緊張気味の子ども達でしたが保護者の皆様の応援のお陰で、元気いっぱい頑張る事ができました。

かけっこやダンス♪毎日の練習の成果をみる事ができました♡

行事をまた一つ終えお兄さん！お姉さんになっていく、くま組さんです🐻

季節が変わりだんだん寒くなってきますが風邪に気を付けて元気いっぱい楽しく遊んでいきたいと思います。

また、2月4日（土）にくま組レクリエーションを開催することになりました。

詳細は後日改めて案内させていただきます(❁˘˘˘)



きりん組

先日のミニ運動会ではお忙しい中、ご参加ありがとうございました。少し恥ずかしそうにする子や涙を流してしまう子もいましたがたくさんの保護者の方が見てるなかドキドキしながら最後まで頑張りました。ダンスやかけっこ、きりん組の子ども達の可愛い姿が見られてよかったです。10月に入り簡単な身の回りのことを取り組み始めました。着替えや食事面でも先生に見守られながら一人一人のペースに合わせて少しずつ自分で頑張っています。自分でやりたい気持ちも芽生えてくるのでその気持ちを大切に一緒に成長を喜んでいきたいと思います。

※寒くなってきましたので上着を持ってくるお友だちも増えました。上着や靴下などの名前の記入をもう一度確認をお願いします。

※シャワーのタオルは涼しくなってきましたのでもう準備しなくて大丈夫です。ありがとうございました。



うさぎ組

ミニ運動会は、お忙しいところ参加頂きありがとうございました。
かけっこやおゆうぎ、マットや平均台等を組み合わせたアスレチックなど
先生と一緒に楽しく参加しました。子ども達も喜んで参加することが出来、
ゆったりとした雰囲気の中で楽しく過ごすことができました。



先日の運動会・保育参観では、ご参加いただきありがとうございました。

皆様のご協力のおかげで、無事に楽しく行うことができました。

令和5年度入園継続申込書手続きが始まりますので、ご協力をお願いします。詳細につきましては、後日お知らせ致します。

加納地区文化祭に作品を出展しています。是非、足をお運びください。

場所；加納地区交流センター

期間：11月19日（土） 20日（日）

今月は、盛りだくさんの行事が予定されています。詳細につきましては、後日お知らせいたします。

写真展示の販売ですが遅れてしまい申し訳ありません。7月～9月の販売も今月に予定しています。

♡黒木美久先生が10月24日から

育児休暇から復帰されました。よろしくお祈りします。

食育だより

秋も深まり柿やブドウなど旬を迎える果物がたくさんあります。子どもたちに美味しい果物の味を覚えてもらう絶好のチャンスです。ビタミンも豊富な果物は効能も様々です。離乳食から食べられるものもある上手に取り入れて風邪予防も行いましょう。



●11月15日は「七五三」・・・「千歳飴」の由来。

七五三の起源は室町時代といわれ、当時は乳児の死亡率が高く、3歳・5歳・7歳まで元気に生きてこられた感謝と、これからも健康で長生きできるようにとの願いを込めて七五三が行われるようになったよう。「千歳飴」は細長い棒状で紅白に色づけされているものでした。細長い形状は、長寿を意味する縁起もので、子どもが元気に長生きできるようにとの想いを「千歳」の名前に込めたといわれています。昔、砂糖は珍重され、なかなか食べる機会がなく、家族や親戚、ご近所の清戒を養学畢饑飴を分け合って食べることで、縁起を分け合ったといわれています。現在では安全面などを考えて一口サイズのものも増えているようですが、周りの人たちと分け合い、子どもたちの健やかな成長と健康、長寿を願って齋せはいかがでしょうか？



加納地区メ
 歯科健診
 化祭作品展
 (宮崎市すくすく11月号)



駐車場横の畑ではピーマンやニラが色づき成長しています。裏山でとれた栗は、皮をむいて栗おこわをする予定です。

11月の献立に入っている大学芋や誕生会のおやつのはつま芋ケーキは、子どもたちが掘ってくれたものを使います。



おすすめレシピ

《かぶと柿の酢の物》

●材料

かぶ2と1/2個・きゅうり1/2本・柿1/2個
 砂糖小さじ1と1/2・酢大さじ1と1/2・塩少々

●作り方

- ①かぶは縦4つ割りに、きゅうりは輪切りの薄切りなど食べやすい大きさに切り塩でもんでおく。柿は生で食べやすいように皮、種を除きスライスしておく。
- ②①の水気を切って、調味料で和える。



おやつのおすすめ

おやつは食事とれない栄養を補うためのものです。お菓子ばかりのおやつが習慣にならないように、果物や乳製品を組み合わせたり、手作りを心がけましょう。

おやつ の 例

- 米……おじや、チーズおにぎりなど
- パン……サンドイッチ、ラスクなど
- 麺……焼きうどん、五目うどんなど
- イモ……蒸かしイモ、ジャガイモのお焼きなど
- 小麦粉……ホットケーキ、蒸しパンなど





げんきだより

清武社会福祉会
令和4年度11月号

朝晩の冷え込みが厳しい季節になってきました。
寒暖差で風邪をひきやすくなります。本格的な冬に向けて、丈夫な体づくりを心がけましょう。

インフルエンザ対策



風邪よりも症状が重く、感染力が強いです。高熱やせき、鼻水、のどの痛み、関節痛などのつらい全身症状を伴います。家族みんなで予防を心がけましょう。

予防のために

- ① 予防接種を受けましょう。
- ② 家に帰ったら必ず手洗い・うがいをする。
- ③ 栄養のある食事と水分をしっかり取る。
- ④ 室内の温度・室温に気をつけ、こまめに換気する。
- ⑤ 人混みは避ける。

予防接種について

Q. 予防接種の効果はどれくらいで出る？
A. 2回目の接種を終えて2週間ほどたったころからです。

Q. 接種の方法は？
A. 生後6か月から受けられます。大人は1回接種ですが、13歳未満の子どもは2回接種が必要です。1回目の接種後、2～4週間あけて2回目を接種します。

※卵アレルギーがあるお子さんは、医師と相談しましょう。



薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたくなりませんが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもには1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

感染症情報

現在、宮崎市内では新型コロナウイルス感染症、手足口病、感染性胃腸炎、突発性発疹、ヒトメタニューモウイルス感染症などの感染症が報告されています。

特にヒトメタニューモウイルス感染症が多くみられます。発熱・咳・鼻水など風邪の症状とよく似ています。

引きつづき手洗い・うがいの徹底、マスクが着用できるお子さんはマスクを使用して予防を心がけましょう。

