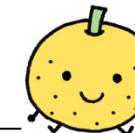




令和4年10月 上鳥羽保育園  
 [携帯電話] 080-2415-1581  
 [URL] <http://www.kamitoba.jp/>  
 [モバイル] <http://kamitoba.jp/mobile/>



## 今月の予定



木々の葉の色が変わり始め、秋の訪れも目に見えて分かるようになってきました。厳しい暑さだった夏も終わり、子ども達は戸外でのびのびと体を動かして遊んでいます。秋と言えば・・・「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」「実りの秋」。楽しみなことがいっぱいです！美味しいものを食べて、親子で体を動かして、健康に過ごしたいですね。昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、体調の変化には十分気を付けていきたいと思います。



## お知らせ

### 【幼児保育参観】

年間行事予定でお知らせしていました通り、下記の日程で幼児保育参観を行います。

- ばら組 10月5日(水) 10:00～
- ゆり組 10月6日(木) 10:00～
- ふじ組 10月14日(金) ①9:45～②10:30～  
(ふじ組のみ人数の関係上2部制で行います。)

### 【7月の家庭保育協力期間の返金について】

- ・幼児 主食代 1日 80円  
副食代 1日 180円
- 10月分で差し引いて引き落としします。
- その他の諸費については返金はありません。
- ・乳児の保育料については、後日京都市より返金となります。

10月の保育研究会は、10月29日(土)です。よろしくお祈りいたします。

### 【園外保育】

- ・ゆり組、ふじ組 芋掘り  
日程 10月11日(火)(雨天18日(火))  
場所 丹波自然公園、畑(京丹波町)
- ・きく組、ばら組  
日程 10月26日(水)(雨天中止)  
場所 京都市動物園



どちらもお弁当を持っての遠足を予定しています。詳しくは、後日別紙にてお知らせします。



### 【個人懇談会】

- 幼児クラスは11月、乳児クラスは12月に実施します。
- 詳しい日程につきましては、各クラスでご確認下さい。

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 体操教室	4	5 ばら組 保育参観	6 ゆり組 保育参観	7 公園あそび隊	8 避難訓練	9
10 スポーツの日 上鳥羽保育園 創立記念日	11 ゆり組、 ふじ組 芋ほり遠足	12	13	14 ふじ組 保育参観	15	16
17 体操教室 幼児身体測定	18	19 乳児誕生日会 身体測定	20 発表会 リハーサル (幼児)	21 発表会 リハーサル (乳児)	22	23
24 体操教室 31	25	26 きく組、 ばら組 園外保育	27	28	29 研究会	30

- \*川那边舞保育士が9月30日(金)より産休復帰し、もも組の担任となります。宜しくお願いします。
- \*幼児クラスの誕生日会は各クラスで行います。
- \*9月の園に対するご意見は0件でした。



# 給食だより

## 秋の味覚 「きのこ」

おいしい食べ物がたくさん出てくる食欲の秋となりました。今月は秋が旬の食材のひとつ、「きのこ」について紹介します。

◎しめじ



◎えのき



◎しいたけ



◎まいたけ



◎エリンギ



◎なめこ



◎マッシュルーム



◎きくらげ



きのこにはたくさんの種類があり、それぞれ香りや食感が異なります。また、お腹の調子を整える食物繊維やカルシウムの吸収を助けるビタミンDが多く含まれています。

炊き込みご飯や味噌汁、炒め物、煮物、和え物などいろいろな料理に使うことができ、低カロリーなのでかさ増しにもぴったりです。ぜひご家庭でも旬の時期に取り入れてみてください。

# 保健だより

## 10月10日は目の愛護デー👁️👁️

二つの「10」を横に並べて書くと人の顔の目と眉に見えることから、この日を目の愛護デーとしたそうです。

現代の子どもたちは幼い頃から、スマホやタブレットが身近にあるので、ブルーライトの影響も心配です。子どもは自分の目に異常があっても、自分で気づくことが難しいので、この日を機会に、子どもの様子を観察して目に注意してみませんか？生まれた時は明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのは、6歳頃と言われています。

### 【子どもの視力の目安】

- ・生まれた時・・・0.01
- ・1歳頃・・・0.1前後
- ・4～5歳頃・・・1.0前後
- ・10歳頃・・・完成



と言われていて、幼少期にすごく急速に視力が育っているのがわかります。

### 「見る力」を育てるポイント

♪明るさ、暗さのメリハリある生活を！

日中は光を浴び、夜は暗くして眠る。

♪広い空間で体と目を動かす機会を！

全身運動は眼球、視神経、脳の発達を促す。

♪いろいろなものを見る体験を！

止まっているもの、動いているもの、小さなもの、大きなもの、遠くにあるもの、近くにあるものなど、いろいろなものを見る体験が目の良い刺激になる。

乳幼児期は、子どもの目が最も育つ時期です。この機会に子どもの「目」の健康を改めて見直してみましよう！

# 今月のねらい

### もも組

- ・散歩に出かけ、歩くことの楽しさや、自然の中で体を動かすことの気持ち良さを味わう。
- ・体操や音楽遊びを繰り返し楽しむことで、生活発表会につなげていく。

◎散歩 ◎運動遊び ◎音楽遊び

### きく組

- ・秋の自然に触れたり、見たりして興味を持つ。
- ・ごっこ遊びの中で役になりきって話すことを楽しむ。

◎散歩 ◎ごっこ遊び ◎造形遊び

### ばら組

- ・秋の自然に触れ、戸外遊びや散歩を楽しむ。
- ・生活発表会に向けて、劇あそびを楽しみながら取り組む。

◎散歩 ◎劇あそび ◎造形遊び

### ゆり組

- ・戸外や散歩に出かけ、季節を感じる。
- ・話の登場人物になりきり、友だちと劇あそびを楽しむ。

◎散歩 ◎劇あそび ◎音楽あそび

### ふじ組

- ・発表会に向けて、クラスみんなで話し合い、それぞれの意見や気持ちに耳を傾けながら進めていく。
- ・戸外での活動を通して、自然の移り変わりを肌で感じ、心地よく過ごす。

◎劇あそび ◎制作活動 ◎散歩

