

11月のおたより

平成 27. 11. 1

ともしび保育園 TEL6325-1851

<http://www.tomoshibifukusihikai.jp/>

公園の木々の葉が黄色くなり、ヒラヒラと風に舞い始めましたね。保育室から、「きのこ」や「まつぼっくり」などの歌が流れてきます。それでも、朝晩の空気が意外なほど冷たく、冬がそこまで来ているのだと気づかされます。こども達も、秋から冬への移り変わりを肌で感じているようですね。かぜをひかないように、元気な身体作りをしていきたいと思ひます。

簡単朝食メニュー

もちり♪ じゃがいも玉子 ☆

【材 料 (2人分)】

じゃがいも 1個
卵 1個
しょうゆ 大さじ1



【作り方】

- ①生のじゃがいもをすりおろす。
- ②①に卵としょうゆをいれて混ぜる。
- ③フライパンに多めの油をしき、弱火で焼く
- ④両面焼けたらできあがり

※じゃがいも2個に卵1個にすると、さらにモチモチになります。

お弁当について

土曜日保育、遠足等々で用意していただいているお弁当ですが、**食中毒予防の為、以下の食材は、入れないようにして下さい。**

❖ 生野菜、果物

トマト・レタス・キュウリ・キャベツなど
→ 加熱したものは可

❖ お味噌汁、スープ類

お知らせ

11月18日(水)～11月20日(金)

3日間にわたり、保育参観を実施します。

前もって、見学子予定日のアンケートをとらせていただきますので、ご協力をお願いします。

欠点のない人はいない。むしろ、欠点があることを長所とし、認めてあげる、やさしい心を養いましょう！

園長

薄着をすると

頭がよくなるよ！

涼しくなりかけのころ、一枚よけいに着せようか？ タイツをはかせようか？ と迷っても、子供の体は、すぐに寒さに慣れてきますよ！

※薄着の子供は風邪もひきにくくなります！

※登降園時はジャンパー、日中はスモックをはおるのも良い方法ですよ！

11月うまれのおともだち

(ひよこ) *** ***/ 4日	(うさぎ) *** ***/ 8日
*** **/ 27日	*** ***/ 17日
(りす) *** **/ 8日	(きりん) **** ***/ 20日
	**** ***/ 27日
(ぞう) *** ***/ 10日	*** ***/ 15日
	*** ***/ 18日

☆: HAPPY ☆:
☆: BIRTHDAY ☆:

夜

寝る子は育つのです

成長期の子どもにとって、夜間の睡眠はとてまだいい。夜、十分に眠ることで、成長ホルモンが多く分泌され、発育が促されるのです。幼児の場合、望ましいのは、午後8時までに就寝し、10時間は睡眠をとること。遅くとも9時までには眠るようにできるといいですね。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
行事予定			文化の日	避難訓練		お茶指導(ぞう)	お弁当の日		身体測定 キッズダンス			淀キリ定期健康診断 体育指導		お弁当の日		英会話		保育参観			お弁当の日		勤労感謝の日	英会話	誕生会	体育指導		お弁当の日			

