11月の園だより

園長挨拶

朝夕の肌寒さから、秋も深まりが感じられるようになりました。過ごしやすい毎日が続いております。お散歩に出かけると、落ち葉や木の実を見つけて拾い、嬉しそうに園にお土産を持って帰ってくる姿も見られています。これからもたくさんのすばらしい秋を発見して、自然を思う存分に楽しみたいと思います。
10 月は朝晩の気温差で体調を崩してしまう子も多くみられました。体調の変化には今後も十分に気を付けて参りたいと思います。11 月もどうぞよろしくお願いいたします。

給食室

子どもの「おやつ」

子どもたちにとっておやつは「第四の食事」といわれ、一度にたくさん食べることができない子どもにとって大切な役割を担っています。さらに、おやつは栄養面からだけでなく、子どもにとって食べる楽しみのひとつです。活発な子どもの休息時間や気分転換のきっかけにもなります。友達や家族と一緒のおやつタイムは、社会性やコミュニケーション能力をのばし、体を成長させると共に心も育んでいきます。

おやつをあげる時の３つのポイント！

① 一日の摂取カロリーの10～20％にする。（乳児は 100～150kCal　幼児は 150～200kCal）
② 糖分や油分などの摂りすぎに気を付ける
③ 食事に支障をきたさない量

おにぎり１個 150kCal　牛乳 100ml 67kCal　バナナ１本 80kCal　りんご 1/2 50kCal

カロリーはあくまで目安なので、食事がたくさん食べられる子にはゼリーなどの軽いもの小食な子にはおにぎりなどの栄養をたくさん摂れるものをあげるなど、その子にあったスタイルで大丈夫ですよ☆彡

英会話発表会

・11 月 23 日（木・祝）は英会話発表会がございます。たくさんのご参観を心よりお待ち申し上げております。

※先日別紙で英会話発表会のご案内を配布しておりますので、
11 月6日（月）までにご提出くださ

お知らせ

◎保育予約時間について◎
お子様の安全保育を第一に考えて職員の配置をさせて頂いております。
朝夕の保育予約時間をお守りいただきますようよろしくお願い申し上げます。

・お昼寝用のタオルケットを薄手の毛布等にお取替えをお願いいたします。（暖房を使用しますので、厚手でなくて大丈夫です。）

お知らせ

今月の予定

1日（ 水 ）身体測定
8日（ 水 ）小児科健診
※当日母子手帳をお預かりいたします。
10日（ 金 ）誕生会
23日（ 木 ）英会話発表会

英会話レッスン

7日 14日 23日（木・祝）

TAC かわばた保育園
KAWABATA NURSERY SCHOOL
福岡市博多区上川端町 5-112
TEL092-261-3111