



ついこの間まで「暑いですね…」と一日に何回も口にしていましたが、短い秋の到来です。
秋の朝晩の気温は低く、日中は半袖でも大丈夫なくらい気温差があるので、衣服調節が難しく感じますね。
着させ過ぎは返って汗をかき、体を冷やす原因にもなりますので、子ども達は薄着を心がけましょう。
秋冬に旬を迎える根菜類もありますので、汁物や煮物にして体の芯から温めると良いですね。
暗い時間が長いですが、しっかり睡眠と休息をとって、感染症に負けない強い体でありたいものです。

園長 清水節子



- 3日(金) ゆうあいまつり
9日(木) 4園合同企画「マジックショー」
田名こどもセンター
10日(金) 内科健診：5歳
16日(木) 誕生会：ゆり・すみれ組
＋対象月の誕生日の保護者の方
21日(火) 片山先生お話し会
※太字→保護者参加行事

ゆうあいまつりが3日にあります(^^)
駐車場はありません。ふれあい科学館の駐車場も停められません。徒歩、自転車、公共交通機関でお越しください！

チョコレートはお好きですか？！

11月といえば文化の日、勤労感謝の日、七五三などが思い浮かびますが、ポッキーの日のご存じですか？ポッキーは世界でもっとも売れているチョコがコーティングされているビスケットとしてギネス世界記録認定されています。チョコレートに含まれているカカオリフェノールは虫歯菌の働きを軽減する効果もあり、おいしい上に虫歯予防ができるポッキーは最強のおやつ！かもしれませんね。
ただし、食べたら歯磨きを忘れずに！！

11月15日は七五三です！

昔は今のようになん種のお薬や病院がなく、病気などにかかりやすかったそうです。7歳までは特に病気にかかりやすいとされていました。
そこで子どもたちが元気に育つように神様にお願いする儀式を行っていたのが今の七五三へと受け継がれています。
千歳飴は1000歳の飴と書きます。1000歳まで生きるとは難しいけれどそれぐらい元気に長生きできますようにという意味が込められています。
友愛保育園のお友だちも元気に大きくなりますように！！