

るんびに一通信

10月号

令和5年10月1日 常念寺保育園 地域子育て支援センター「るんびに一園」

とって暑かった夏から少しずつ朝晩は過ごしやすくなり、秋の気配も感じられるようになりましたね！天気も急変しやすいですが、“実りの秋”みなさまいかがお過ごしでしょうか？秋は食べ物もおいしく、体を動かすにも爽やかで心地良い季節ですよ★戸外遊びもちょうどいい季節となりました♡

園庭やなかよし広場を開放いたしておりますので、るんびに一園に遊びに来た際も、ぜひお気軽にご利用ください♪皆様のご来園、お待ちしております！

るんびに一園 ご利用案内

♥生まれて間もない0歳～未就学児のお子さんがご利用できます♥

出産を控えている方も、ぜひお気軽にお立ち寄りください♪

※遊びの開放日…毎週火曜日～土曜日 9時～15時

※日曜日・祝日・月曜日の開放はお休みです。

★感染症など気になる方は、マスクを着用してご利用ください。

★昼食やおやつ類などの摂取はできません。水分補給はできます。

※園庭・なかよし広場の開放…自由開放しています。休日も開放しています。遊びの開放日にお越しの際は、るんびに一園で受付をお願いいたします。

※大型遊具もありますので、ケガや事故のないようお子さんから目を離さないように遊んでくださいね。

※絵本の貸し出し…一人につき5冊まで2週間貸し出し

※駐車場…まーや園前・本園前の駐車場をご利用ください。

※ホームページ…毎月更新されています。是非ご覧ください♡

※お子さまや家族の方に風邪症状がある時・本人や家族が検査などのため自宅待機中の方・本人や家族が通園・通学している施設が臨時休園、休校となった方は、ご遠慮下さい。

育児相談

月曜日～土曜日9:00～17:00

心配事やお困りの事など気軽に話してみませんか？子育ての事だけでなく発育・発達や健康の事、食事や離乳食、しつけ等々…何でも質問、相談してみてください。また、これから出産を控えている妊婦さんも、ゆっくりお話ししながら息抜きしませんか？専門員・栄養士・看護師・保育士が対応致します。まずは第一歩！電話でもメールでも行っています。気軽に話しかけてみて下さいね。

ほけんだより

「10月10日は“目の愛護デー”」

人は生後2か月頃からものを注視するようになり、6歳ぐらいでだいたい大人と同じ視力になると言われています。乳幼児期は、子どもの目ももっとも育つ時期。この機会に子どもの「目」の健康を改めて見直してみよう。

＜見る力を育てるポイント＞

- 明るさ、暗さのメリハリのある生活を・・・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
- テレビゲームは時間を決めて・・・テレビは正面から見る。いつも横目で見てみると、視力に左右差が出ることも。また、スマホなど狭い範囲の平面画像を見続けることは目の負担になるので、乳幼児は避ける。

＜目に良い栄養ABC＞

- ★ビタミンA…目の粘膜を強くする（人参、ほうれん草、カボチャなど）
- ★ビタミンB…目の神経の働きを助ける（豚肉、さば、納豆、卵、レバーなど）
- ★ビタミンC…目の健康を保つ（柿、小松菜、ブロッコリー、じゃがいもなど）

参考文献 ほけんだより Gakken 文責 准看護師 堀 美香

10月あそびのプレゼント Day の予定

日時	テーマ・内容
4日(水) 10:00～ 【限定10組】 ※事前申し込みをお願いします	秋の風物詩「芋煮会」 山形の秋といえば「芋煮」ですよ！キノコや里芋など旬の食材を使用した芋煮をみなさんで味わいませんか？！天気が良ければなかよし広場で「芋煮会」！雨天時はるんびに一園内で開催いたします！ご参加お待ちしております♪ ♥持ち物…おにぎり・おしぼり・帽子・着替え・タオル・虫よけグッズ ベビーカー・飲み物・食事前エプロンなど各自必要なもの
7日(土) 10:00～ ※事前申し込みをお願いします	保育園見学 来年度の入園はお決まりでしょうか？常念寺保育園では、るんびに一園を通して保育園見学日を設定しております。「保育園どうしよう？」「いろんな保育園を見てみたい！」など来年度入園希望の方や保活を始めた方、保育園生活に興味のある方などお気軽にご参加ください♪ 日程の都合がつかない方は、ご相談ください♡
14日(土) 11:00～ 【限定10組】 お子さんの給食体験となります！ ※事前申し込みをお願いします	食育講座「保育園給食体験」&ちよこっと食べ物シアター 日々のメニューや食事の形態、味付けや量など離乳食から幼児食に段階が進んでも、食事の悩みは付き物ですよ。そこで！常念寺保育園の手作り給食を食べて、ヒントを見つけてみませんか？管理栄養士と“食”について楽しくお話ししよう♪これから離乳食を始めるお子さんや食事について興味のある方のご参加お待ちしております。 ※事前申し込みが必要となります。申し込みの際は、食事提供となりますのでお子さんのアレルギーの有無や離乳食の形態などについても、詳しくお尋ねさせていただきますのでよろしくお願いたします。 ♥持ち物…おしぼり・飲み物・ミルク（離乳食と組み合わせのお子さん） 食事前エプロンなど各自必要なもの
17日(火) 10:00～	発育測定・保健相談「おおきくなったね」&ハロウィンモビール作り 常念寺保育園准看護師が発育測定を行います。測定しながら、お子さまの成長過程などもゆっくりお話ししましょう♡また、発育測定後はもうすぐ迎えるハロウィンに向けて、簡単なモビール飾りを作ってみましょう★ ♥持ち物…バスタオル・発育測定カード（2回目以降の方）
19日(木)・20日(金) 9:30～	10月製作遊び「お弁当作りと足型とり」 清々しい季節の秋は、なんだか遠くにお出かけしたくなる気分にもなりますよね！お出かけといえば、「お弁当♡」貼り絵でお弁当作りを楽しみながら、お子さんの足型取りも行います。さて、足型はどこに貼るのかな？お楽しみに☆ ♥毎月取り組む製作遊びは、3月にまとめる予定です♪完成した作品は、それまでご家庭で保管をお願いいたします。 ♥製作遊びの日に参加できない方は、遊びに来た際に作ることもできます。お気軽にお声がけください♪
24日(火) {予備日25日(水)} 9:45 くしびきゅ～Town モニュメント集合 ※事前申し込みをお願いします ※両日大雨の時は中止します。	「りんご祭り体験」 in インフィニファーム(旧やすのりんご園) りんごがおいしい季節を迎えますね♡新鮮なりんごを自分で収穫しながら、園内をじっくりお散歩してみませんか？りんごの種類もよりどりみどりのようですよ！りんご祭り体験後は櫛引総合運動公園でひと遊びしましょう♪ ♥持ち物・・・帽子・着替え・飲み物・虫よけグッズ・ベビーカーや抱っこ紐 各自必要なもの ※りんご1個につき、150円の実費を頂戴します。