



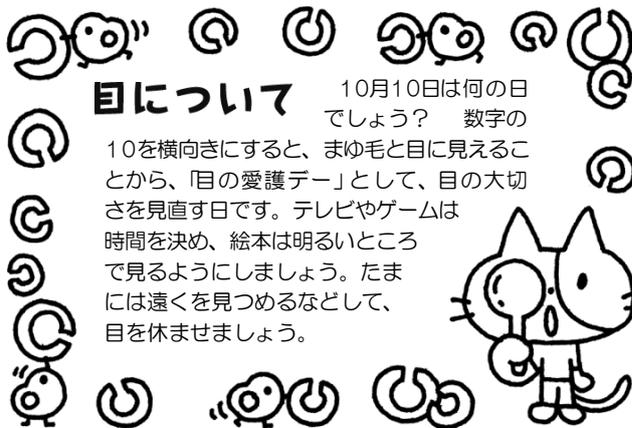
10月 ぽんぽこだより

令和3年 木更津ぽんぽこ園

柔らかな秋の日差しが降り注ぎ、少しずつ季節の変化を感じられるようになってきました。秋も深まってきたようです。外遊びが大好きな子ども達は、朝のおやつが終わると2歳児は帽子や靴下を履き準備万端で待っています。小さいお友達は2歳児のマネをして自分でやろうとする姿が見られ散歩の身支度を頑張っています。天気の良い日はたくさん外に出掛けて秋の自然に触れて楽しみたいと思います。また、朝晩の冷え込みで体調を崩しやすくなるので、体調の変化に気を付けて過ごしていきたいと思います。



- ・身体測定
- ・避難訓練
- ・お芋掘り



目について 10月10日は何の日でしょう？ 数字の10を横向きにすると、まゆ毛と目に見えることから、「目の愛護デー」として、目の大切さを見直す日です。テレビやゲームは時間を決め、絵本は明るいところで見るようにしましょう。たまには遠くを見つめるなどして、目を休ませましょう。



土踏まずチェック

- 子どもの足の裏を観察してみましょう。土踏まずは形成されていますか？ 土踏まずには、体のバランスを取ったり、足を地面に着けるときの衝撃を吸収したりする役割があります。はだしになって指ジャンケンや、お風呂で足の指の屈伸をするなど、楽しく足を動かして、土踏まずの発達を促しましょう。



魚がおいしい

10月4日は、「イワシの日」です。大阪湾ではイワシが

大量に捕れたことから、海の恵みに感謝する日として1985年に定められました。イワシはDHAやカルシウム、タンパク質など、栄養が豊富です。また、サンマも秋になると脂が乗って、とてもおいしくなる魚です。おいしい魚をたくさん食べて、元気に遊びましょう。

