

9月 つばめ☆ひばいだより

令和8年度 宮崎保育園

まだまだ厳しい残暑が続いています。10月の運動会に向けて今月から本格的に練習が始まります。こまめな水分補給や休息を心がけますが、十分な量の飲み物を入れた水筒と汗拭きタオルのご用意を引き続きよろしくをお願いします。今年の十五夜は9月25日。鹿児島では、十五夜の日に豊穰を大地の神に祈ることから相撲が始まったそうです。子どもたちは保育園で行われる綱引きとお相撲大会をととても楽しみにしています。

月	火	水	木	金	土
	1	2 交通安全教室 体操服で登園	3	4 英会話教室 (つばめ組) ☆体操服で登園	5
7	8 体育教室 (つばめ組) 体操服で登園	9	10 身体測定	11 英会話教室 (つばめ組) ☆体操服で登園	12 午前保育 ★13時までの お迎え
14	15 世代間交流会 (年長児)	16	17 誕生会 10:00～ 米1合・箸	18	19
21 敬老の日 	22 国民の休日 	23 秋分の日 	24 避難訓練	25 十五夜 	26
28	29 体育教室 つばめ組 8:20までに体操服・白靴下で登園	30	お知らせ 10月の運動会では体操服と白色の靴下を着用します。 9月29日の練習で使用しますので準備をお願いします。		

◎12日(土)は、職員研修のため13:00までのお迎えです。よろしくお願いします。

◎15日(火)は、年長児が敬老の方々との交流会に参加します。

◎29日(火)は、体育教室がグリーンドーム金峰であります。

8:20までに体操服・白い靴下で登園してください。

ひも付きの水筒を忘れずに持たせてください。



新米おにぎり🍙作り

土踏まずのチェック

- 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、足を地面に着ける際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。靴のサイズはつま先に0.5～1cmくらいの余裕があり、かかと部分がしっかりと硬いものを選びましょう。



🍰 おたんじょうび おめでとう 🍰



夏野菜収穫🍆



ぐっすり眠ろう

夜遅く寝たり寝つきが悪かったりして睡眠不足になると、朝もすっきり起きることができなくなります。ぐっすり眠るためには、トイレを済ませる、決まった時間に寝る、室内を暗くする、テレビを消し静かにする、布団やパジャマを清潔にするなどがあります。できることからやってみましょう。

睡眠をたっぷりにとって起きた朝はご飯の進みがよくなります。栄養たっぷりのご飯で子どもたちの健康を維持していきましょう。



お知らせ

- 10月9日(金) 午前保育 (運動会準備のため)
※13:00までのお迎え
- 10月10日(土) 秋季大運動会【グリーンドーム金峰】
※午前中で終了予定です
- 10月24日(土) 秋の親子遠足【吹上浜海浜公園】
※午前中で終了予定です

☆体操服を注文したいご家庭は9月4日(金)までに

担任へお声かけください。