11月 なかよし

令和８年 11 月
保 内 保 育 所
所長　 石塚 久美子
☎FAX　38−8008
メール＜honakin@city.sanjo.niigata.jp＞

園庭の木々が 1 日ごとに色づいてきています。雨の日も多く、未満児クラスの子ども達は戸外に出られた時には思い思いの容器にどんぐりを拾うことを楽しんでいます。

さて、3歳以上児では睡眠調査が行われました。子どもが、保育所などに通うといった社会に適応した生活を送るためには、規則正しい睡眠リズムと睡眠時間の確保が重要です。夜間の睡眠は「脳を創り、育て、守る」役割があり、乳幼児期は平均 10 時間の夜間睡眠が必要と言われています。今一度、お子さんの睡眠を振り返り、早寝早起きを心がけていきたいですね。3歳以上児の保護者の方々にはお忙しい中での睡眠調査への御協力ありがとうございました。

保育目標

- 季節の変化に触れながら戸外遊びを楽しみましょう
- 音楽に合わせて歌ったり踊ったり表現遊びを楽しみましょう

11月の予定

5日(木)　発育測定
6日(金)　親子ふれあいタイム
（つばめ組・かなりや組）
9日(月)　秋の火災予防週間
（うぐいす組 はっぴ着用 13 日まで）
13 日(金)　七五三お楽しみ会
16 日(月)　避難訓練
18 日(水)　尿検査　（こまどり組）
25 日(水)　映写会･交通安全指導
27 日(金)　医師による健康診断

お願い

- 寒くなり、ジャンパーなどの上着を着用することが多くなりました。掛けひもと記名をお願いします。
- 寒くなってきたので、掛布団を用意でき次第持ってきてください。（ひばり組・こまどり組）
- 感染症などが流行する時期になってきました。こまめな手洗いやうがいを行っていきたいと思います。3歳以上児はポケットや移動ポシェットに清潔なハンカチとティッシュを毎日入れてきてください。
移動ポシェットの洗濯もよろしくお願いします。

おしらせ

✿13 日(金)　七五三お楽しみ会

由来のお話を聞いたり、クイズをしたりしてみんなで楽しみます。
七五三お楽しみ献立です。
3歳以上児は、いつもどおりご飯と箸とコップを持たせてください。

【メニュー】
・鶏肉の秋色あえ（ケチャップあえ）
・菊花あえ　・お祝いすまし　・ごま塩

（おやつ）
・びっ栗おにぎり　・お茶

✿27 日(金)　医師による健康診断（13：30～）

当日お休みの場合は、坂内小児科への受診をお願いします。

✿赤い羽根共同募金

募金箱を6日まで玄関に用意しておきます。御協力をよろしくお願いします。

12月の予定

5日(土)　クリスマス発表会
（うぐいす・こまどり・ひばり組）
23 日(水)　クリスマスパーティー