

# ベビーキッズ・キッズランドだより 〈10月〉

豊浦さくら保育園

秋の草花が風に揺れ、とんぼが気持ちよさそうに飛んでいます。

色々な秋の自然をたくさん見つけながらお散歩するのも楽しいかもしれませんね！

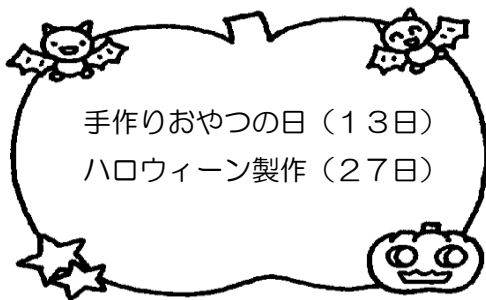
子育て支援センター再開にあたって、今まで同様、感染予防を徹底しながらキッズランド、ベビーキッズを進めていきたいと思っております。家での検温、手洗い消毒等、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

## 今月の予定

### <キッズランド>

＝日程＝

- 13日(水)
- 20日(水)
- 27日(水)

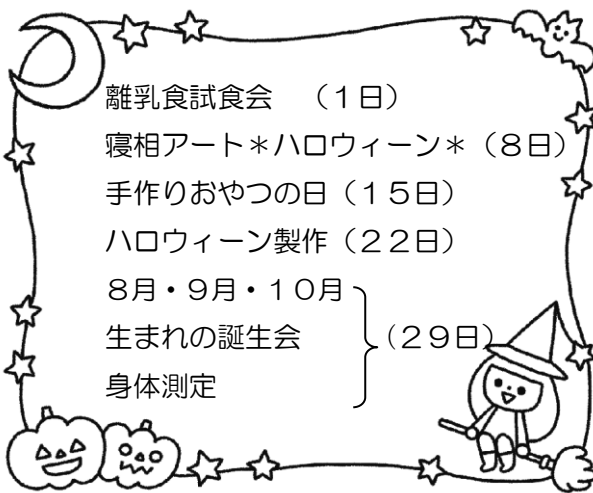


※6日(水)のキッズランドは、「豊浦さくら保育園運動会」の為、お休みとさせていただきます。よろしくお願いいたします。

### <ベビーキッズ>

＝日程＝

- 1日(金)
- 8日(金)
- 15日(金)
- 22日(金)
- 29日(金)



☆ベビーキッズがお休みの間にお誕生日を迎えた8月・9月生まれのお友だち、10月生まれのお友だちは、教えてください。みなでお祝いしたいと思います。誕生日会では記念にかわいいメダルと写真をプレゼントします。新規の方も大歓迎です！



## 10月のうた

「どんぐりころころ」

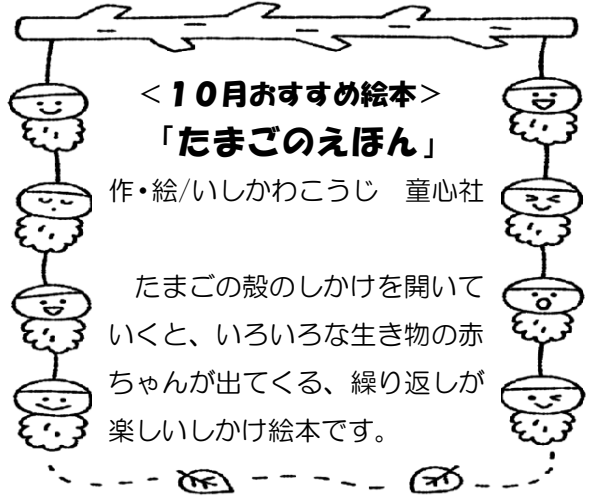


### <10月おすすめ絵本>

「たまごのえほん」

作・絵/いしかわこうじ 童心社

たまごの殻のしかけを開いていくと、いろいろな生き物の赤ちゃんが出てくる、繰り返しが楽しいしかけ絵本です。



### 腸を整えて免疫力アップ 食物繊維

乳幼児は、腸管自体がまだ未熟で腹筋も弱く、便秘になりやすいようです。お菓子やインスタント食品など、子どもが好む食品ばかりをとると、便秘を誘発するうえ、長期化すると改善が難しくなります。食物繊維は便のかさを増やして、排便しやすくする効果があり、腸内環境を整えることで免疫力もアップします。食物繊維の豊富な野菜や果物、いも類、豆類、きのこ類などを毎日の食事に登場させて、積極的に食べるようにしましょう。

