



子育て通信

にこにこひろば

社会福祉法人 樹
聖華こうどう保育園
東京都足立区弘道 1-7-1
TEL 03-3849-3271
令和4年 11月



昼夜の寒暖の差もだんだんと大きくなり、少しずつ冬の訪れを感じる頃となりました。保育園の子ども達は、手洗いをする時「つめた〜い」と言うことも増えて季節の変化も感じているようです。これから一段と寒くなる季節に負けず、身近な自然に触れて元気いっぱい戸外遊びを楽しんでいきたいと思います。



保育所体験のご案内



保育所ではどんな遊びをしているの？どんな給食を食べているの？保育所での生活を体験してみませんか？ご家庭で子育てをされている方、大歓迎です。是非、こうどう保育園に遊びにきて下さい！

- ①園庭開放・・・ 環境豊かな園庭での遊びを体験します。
- ②給食の試食・・・ 乳児から薄味に慣れることで食材本来の旨みを知ることになります。子ども達が毎日食べる給食を試食し、その味を体験してください。



日時：11月8日(火)・11月9日(水) 11月15日(火)・11月16日(水)
11月22日(火)・11月29日(火) 10時～ *1日1家庭申し込み可



*ご希望の方は、同時に園見学もできます



申し込みは ☎3849-3271 (受付時間9:00~17:00)



今月の絵本



ぐりとぐら
作：なかがわ りえこ
絵：おおむら ゆりこ
福音館書店

ぐりとぐら

森での出来事をやさしい絵と文章で物語にした絵本です。ぐりとぐらの作るカステラがとても美味しそうで、みんなで食べることの楽しさも伝わります。ぐりとぐらの絵本はシリーズになっていて季節ごと楽しめる絵本です。



旬の食べ物について



秋は美味しい食べ物がたくさんありますね。まさに「食欲の秋」です。今月は、年長児クラスが芋掘り遠足に行きます。芋掘りの経験を通して、さつまいもの特徴や土の感触、匂い等を知る機会になります。さつまいもには、食物繊維やビタミンも豊富で栄養満点です。さつまいもごはんや、天ぷら、スイートポテトなど色々な調理法があります。旬の野菜や魚、果物などを食べることで免疫力を高めたり、抵抗力をつけたりと、丈夫な体作りに繋がっていきます。旬のものは太陽と大地からの恵みを受け育つため、栄養価も高くなっています。旬の食べ物を食べて健康に過ごしたいですね！

