



肌を感じる風もすっかり涼しくなり、秋の深まりを感じるこの頃です。園庭の木々の葉も次々と散り、園庭は落ち葉のじゅうたんを敷き詰めたようです。冬はもう近くまで来ているのかもしれませんが、お天気の良い日にはいっぱいお日さまを浴びてお散歩したり、残り少ない秋を親子で楽しみましょう。

今年はインフルエンザの流行が全国的に早いと言われています。9月に茅ヶ崎市で学級閉鎖が始まり、あちこちで警報が出始めています。新潟県はまだ幸いに流行は確認されていませんが、いつ流行期が来るかわかりません。予防接種を受けることで罹りにくくなる、罹っても軽く済むと言われていますが、日頃の手洗いやうがいにも高い予防効果があると言われていますので、家族で予防を心がけ、冬も健康に過ごしましょう。



時間 ... 10:00~11:30
場所 ... 1階 お遊戯室

11月25日(水)	11月のお誕生会
12月 2日(水)	12月のお誕生会

* 1月は20日からの予定です。その後の日程は次号でお知らせ致します。

「スマホ老眼」て知っていますか？スマホは目の近くに焦点を合わせるため、使い続けていると毛様体筋に負担がかかり子供や若い人でも老眼のような状態になります。ブルーライトや電磁波も目の機能が未熟な乳幼児への影響は深刻です。最近子供向けのアプリも多いですがスマホの使い方には十分注意しましょう。

<給食試食会を行いました>

13組が参加されて皆で楽しく給食を頂きました。スチームオーブンで煮た鮭はふっくらで子供たちもパクパクでした。なかなか野菜を食べないとお困りのママも多かったのですが、園でも人気の「野菜ののり酢あえ」を子供たちも喜んで食べていたので作り方を紹介します。(学校給食でも人気メニューです)

作り方①キャベツと人参を食べやすい大きさに切り、ゆでて水けを絞っておく。

②ツナ缶を油ごと加えて混ぜる

③酢と醤油を1:1の割合で混ぜ、きざみ/リも混ぜる。

* 小さな子供は生野菜よりも茹で野菜の方が食べやすいです。モヤシやほうれん草、小松菜などどんな野菜でも合う味付けです。是非お家でも作ってみてください。おいしいですよ~