



しんこうかい

真光会だより

2024年10月
第55号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

高木保育園

今町保育園

天竜保育園

梅北保育園

例年になく残暑が厳しかったですが、秋本番！スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋等を存分に楽しみたいものです。今回は、まつぼっくりけん玉作り、サツマイモ豆知識及び目の健康についてお知らせします。

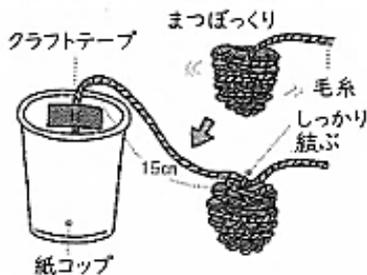
まつぼっくりけん玉

(用意する物)

まつぼっくり・毛糸・紙コップ・クラフトテープ

(作り方)

- 1、毛糸(約40cm)をまつぼっくりに巻き付けます。
- 2、15cm程残してしっかり結びます。
- 3、毛糸の端を紙コップの内側に貼りけん玉の完成!



(遊び方)

紙コップを振って、けん玉のようにまつぼっくりを入れて遊びます。
※慣れてきたら、紙コップの底に乘せられるか挑戦してみましょう。



いもほりの季節で サツマイモ豆知識

栄養満点

食物繊維、ビタミン、カリウムなどを含み、栄養バランスに優れています。特にビタミンCが豊富です。サツマイモのビタミンCは、ほかの野菜に比べて熱に強いので、調理しても栄養価があまり落ちません。

保存は常温で

サツマイモは寒さに弱いので、常温保存がおすすめです。土を落とさず、表面をよく乾かしてから保存します。ポリ袋には入れず、新聞紙にくるんで段ボール箱に入れ、風通しのよい所に置きましょう。

今町保育園からのお知らせ



9月27日(金)に梅北保育園の園児さんと一緒に劇団パレットによる人形劇「ねずみの嫁入り」を観劇しました。人形のリアルな動きや表情豊かな声に魅了されて劇中に吸い込まれるように見入っていました。梅北保育園の園児さんとの交流も盛り上がり、楽しい時間となりました。

育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)
相談先：今町保育園 39-2102

毎月、第2火曜日は園開放となっております。未就園の子どもさんがいらっしゃるご家庭が対象です。保育園で一緒に遊びませんか？お待ちしております。



目の健康は 毎日の生活から

〔10月10日は目の愛護デー〕

目を大切にするためには

- ・スマホやゲーム、テレビなど、時間を決めて使用しましょう
- ・絵本は正しい姿勢で明るい所で読みましょう

- ・時々遠くの景色を見ましょう
- ・物を見る時の姿勢等に、注意しましょう

