

11月 メロディークラブ通信



朝晩の気温の変化が大きくなり
体調を崩している子供たちが多
なってきました。
これからやってくる本格的な冬に向
けて、しっかり手洗いうがいをして
健康管理には十分気を配っていきましょ。

平井保育園
地域子育て支援セター
Tel 23-3557

月曜日～金曜日(午前9時30分～11時30分まで)(午後1時～4時まで)

H28.11

月	火	水	木	金	土
	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
	戶外遊び" 育児相談日	しゃぼん玉遊び"	 文化の日	戶外遊び" 育児相談日	園庭開放
11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日
戶外遊び" 育児相談日	園外散歩 (庚申山)	カード遊び"	エプロンシアター 「パピヌとピキヌ」	戶外遊び" 育児相談日	園庭開放
11月14日	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日
七・五・三製作 お宮参り(利藁神社)	戶外遊び" 育児相談日	自由遊び" 避難訓練	絵本の読み聞かせ	戶外遊び" 育児相談日	園庭開放
11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日
戶外遊び" 育児相談日	リズム遊び" 身体測定	 勤労感謝の日	折り紙遊び"	戶外遊び" 育児相談日	園庭開放
11月28日	11月29日	11月30日			
粘土遊び"	戶外遊び" 育児相談日	ティータイム			

園庭開放… 戶外遊びに園庭をご利用ください。

育児相談… 随時行っております。

靴の選び方

足は、長さ・足囲(親指と小指の付け根を
取り巻いた周囲の長さ)・幅などがひとりひとり
違います。靴を選ぶときは、つま先に5mmくら
い余裕があること、足の幅に合っていることを
確認し、かかとをしっかり靴底に付け、ひもや
ベルトを締めてみることも大切です。靴が合っていない
と、成長とともに姿勢や体のバランス、ひざや
骨盤に影響が出ることもあります。

靴選びは大切です。



インフルエンザの予防

いちばんの予防方法はワクチンです。
できれば、10月から12月の間に1~4
週間の間隔をあけて2回接種します。
(医師と要相談)
バランスのよい食事と十分な睡眠で
体力を保持しましょう。また外出後は
必ずうがいと手洗いを心がけましょ。
お茶のうがいも効果があるようです。

