



10月 ほけんだより

熊取みどり幼稚園

朝晩と日中の寒暖の差が大きい時期です。行事も多く、気付かないうちに疲れがたまっているかもしれません。いつも以上に体調管理に気を配りましょう。これからは、スポーツの秋!!食欲の秋!!おいしいものがたくさん出回る季節です。栄養たっぷりの旬の食べ物を食べて、運動会も元気に頑張りましょう。



衣服の調節で毎日元気に過ごしましょう!

日中は暑くても、朝夕はずいぶん涼しくなりました。これからの季節は、衣服を上手に調節して健康的な生活が送れるようにすることが大切です。幼稚園では、10月19日(火)から冬服着用となります。

それまでは自由期間となっています。暑い日は夏服、寒い日はブラウス・ベスト着用など衣服の調節をお願いします。上着を着る時は、必ずベスト着用をお願いします。

暑い日(夏服)




- 夏帽子(麦わら帽子)
- 夏服セーラー
- 夏ズボン

寒い日(冬服)



- 帽子
- ネクタイ
- ベスト
- ズボンまたはスカート
- 上着(ブレザー)


運動会の練習が本格的に始まりました!
ご家庭で、お子さんと一緒にチェックをお願いします。

靴のサイズをチェック! 


今履いている靴は、足の大きさに合っていますか? 運動会当日には、履き慣れた靴で参加できるように、練習が始まるこの時期に靴のサイズを見直しておきましょう。また、運動会当日は、上靴で参加しますが、屋外での練習は運動靴で行います。上靴・運動靴ともにサイズの確認を宜しくお願いします。

体操服のサイズ、ズボンのゴムをチェック! 


どんどん大きくなっている子ども達。体操服のサイズは、小さくなってきていませんか? また、ズボンのゴムは伸びていませんか? 走ったり跳っている時にも集中出来るよう、小さくて苦しくないか、またズボンがずり落ちてこないか確認をお願いします。年長・年中組は、練習中ジャージ(長ズボン)を着用します。半ズボン・長ズボン両方の確認を宜しくお願いします。

帽子のゴムをチェック! 

カラー帽子のゴムは、伸びきっていませんか? また、短すぎたりしていませんか? 練習中、帽子が脱げたり、首が痛くならないよう子どもの顔のサイズに合った長さに調節してあげてください。

持ち物の名前をチェック! 

体操服、カラー帽子、靴下すべてに名前の記入はされていますか? 新しく買った服、お下がりや貰った服など名前の記入・書き換えは済んでいますか? 間違いを防ぐためにも持ち物・衣服には必ず名前の記入をお願いします。

水筒の量をチェック! 

まだまだ暑い日が続きます。十分な水分補給がとれるよう、大きめの水筒または、水筒を2つ持たせてあげてください。