

日 曜	保育行事	保育指導	連絡事項	誕生日おめでとう	日 曜	献 立	主食	おやつ（幼児）		おやつ（乳児）	
1 土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください		父母会役員会		1 土	肉うどん、ヨーグルト和え	めん	—	—	—	—
2 日					2 日						
3 月		体育/音楽指導・A			3 月	ミートスパゲッティ、フレンチサラダ、スープ	めん	ピラフ	お茶	ピラフ	お茶
4 火			ポッポの会		4 火	高野豆腐の卵とじ、納豆、味噌汁	ごはん	大学芋	お茶	大学芋	お茶
5 水		避難訓練		わたなべありさ先生	5 水	グラタン、ゆかりごはん、キャベツのスープ、オレンジ	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁	ジャムサンド	野菜果汁
6 木			運動会の準備をします。是非ご参加ください。9：00-12：00		6 木	五目鶏ごはん、ゆかり和え、かき玉汁	ごはん	クロワッサン	牛乳	かにパン	牛乳
7 金	運動会予行練習				7 金	ドライカレー、スープ、りんご	ごはん	小倉蒸しパン	牛乳	小倉蒸しパン	牛乳
8 土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください		おやじの会		8 土	焼きうどん、スープ、オレンジ	めん	—	—	—	—
9 日				まえだかおり先生	9 日						
10 月	体育の日				10 月						
11 火	身体測定（乳）	体育/音楽指導・B	定期集金		11 火	きつねうどん、三色ゴマ和え、バナナ	めん	そばめし	お茶	そばめし	お茶
12 水	身体測定（森・虹）			おかださえ先生	12 水	鶏肉の竜田揚げ、キャベツとコーンのサラダ、味噌汁	ごはん	ちくわケーキ	牛乳	ちくわケーキ	牛乳
13 木	身体測定（空・太陽）			きたむらまなみ調理員	13 木	きのこ肉じゃが、納豆、味噌汁	ごはん	ジャムサンド	野菜果汁	ジャムサンド	野菜果汁
14 金					14 金	鯖の味噌煮、お浸し、すまし汁	ごはん	うどん	お茶	うどん	お茶
15 土	運動会		午後の保育はありません	やまぐちそうた	15 土	運動会					
16 日					16 日						
17 月	衣替え	体育/音楽指導・A	懇談会開始	うらきかりん	17 月	ナポリタンスパゲッティ、キャベツとパインのサラダ、スープ	めん	ピラフ	お茶	ピラフ	お茶
18 火	芋ほり（いきいき菜園）			かとういつき よこいかずと	18 火	栗おこわ、含め煮、すまし汁	ごはん	お好み焼き	牛乳	お好み焼き	牛乳
19 水		交通指導			19 水	きのこチャウダー、ごぼうサラダ、ミニトマト、ゆかりご飯	ごはん	焼きそば	お茶	焼きそば	お茶
20 木	歯科検診				20 木	カレーライス、フルーツポンチ	ごはん	黒ゴマクロワッサン	牛乳	かにパン	牛乳
21 金		習字：年長	弘法様命日		21 金	味噌豚丼、みかんときゅうりのゴマ酢和え、すまし汁	ごはん	鬼まんじゅう	牛乳	鬼まんじゅう	牛乳
22 土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください		H29年度入所説明見学会		22 土	焼きそば、スープ、りんご	めん	—	—		—
23 日					23 日						
24 月		体育/音楽指導・B		やましたわかな すぎえせいすけ	24 月	きのこうどん、ひじきサラダ、バナナ	めん	おにぎり	お茶	おにぎり	お茶
25 火		3歳園外保育	高浜市中部公園	ポッポの会	25 火	中華ちまきごはん、三色ゴマ和え、かき玉汁	ごはん	ホットドッグ	牛乳	ホットドッグ	牛乳
26 水	内科検診（乳児）	4歳園外保育	愛知健康の森		26 水	鮭のケチャップあん、さつま芋、ブロッコリー、納豆、味噌汁	ごはん	うどん	お茶	うどん	お茶
27 木	お弁当の日	5歳園外保育：東山動物園	かみやわかな たかみやゆうき先生		27 木	お弁当の日	ごはん	スティックパン	果汁	スティックパン	果汁
28 金	おたんじょうかい				28 金	ちらし寿司、かぼちゃのそぼろあん、すまし汁	ごはん	バナナケーキ	牛乳	バナナケーキ	牛乳
29 土	希望保育：出欠は木曜日までにご連絡ください			せきねゆな	29 土	親子うどん、バナナ	めん	—	—	—	—
30 日					30 日						
31 月	内科検診（2-5歳）	体育/音楽指導・A			31 月	肉味噌スパゲッティ、柿サラダ、スープ	めん	パンブキンケーキ	牛乳	パンブキンケーキ	お茶

連絡事項：わからないことがある場合は、担任までお尋ね下さい。

- 運動会の練習があります。午前中にたくさん運動をします。朝ごはんが食べられるよう、ご配慮ください。
- おやじの会は、運動会の準備をします。どなたでも参加できる会です。
年長は最後の運動会で、年長の保護者の方は是非ご参加ください。
- 送迎時の車の駐車は、指定された場所のご利用をお願いいたします。許可のある方、緊急時以外での弘法様駐車場、路上での駐車はお止めください。**特に、朝は危険ですでおやめ下さい。**

11月の主な行事予定：行事は変更となる場合が有ります。

2 水	避難訓練・内科検診	10 木	身体測定（空・太陽）	その他
5 土	父母会研修	11 金	園外保育-2歳児	父母役員会：5日（土）
8 火	定期集金、身体測定-乳児	17 木	お弁当・園外保育-3～5歳児	おやじの会：12日（土）
9 水	身体測定（森・虹）		交通指導	ぼっポの会：8・22日
	H29年度入所申込受付（14：00-17：00）	29 火	お誕生会	弘法様命日：20日（日）

子どもの咀嚼力

〇こんな声かけをしてみましょう！

「いつもより5回（10回）多く噛んでみよう！」
「30回噛んだらどうなるかな？試してみよう！」
「今日はこれをよく噛んでみよう！」

〇ごはんはよく噛むと甘くなります。

さつま芋は甘味が更に増してきます。から揚げはよく噛むとおいしさが長続きします。噛むことで、唾液がたくさん出て飲み込みやすくなります。

〇家の夕食時などで、よく噛むことで色々なおいしさが味わえることを子どもさんと体験してみてください。

よく噛んで食べる習慣にはメリットがたくさんあります。

- ①「**歯の病気を防ぐ**」 唾液がたくさん出て、虫歯や歯周病の予防につながる。
- ②「**言葉の発音がはっきりする**」 口の周りの筋肉が鍛えられ、表情が豊かになったり言葉の発音がはっきりする。
- ③「**何事にも全力投球**」 グツと力を入れて噛みしめた時、歯を食いしばることができて力が強く。
- ④「**味覚の発達**」 食材本来の味がわかるようになり味覚が発達する。
- ⑤「**脳の発達**」 脳への血流がよくなり、脳が活性化する。
- ⑥「**肥満防止**」 脳の満腹中枢が刺激され、食べすぎを防ぐ。
- ⑦「**窒息事故防止**」 よく噛むと食べ物が細くなり、唾液とよく混ざりあってのどを通りやすくなる。
- ⑧「**胃腸の動きをよくする**」 唾液などの消化液がたくさん出て消化を助け、胃腸にかかる負担を減らす。