



# 9がつ えんだより

令和7年 8月31日 東谷山COCON保育園

日中は日差しが厳しいですが、朝晩はすっかり涼しくなりました。夏から秋へと季節のバトンタッチです。

秋といえば、食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋と過ごしやすい時期になります。ゆったりとした夕涼みを設けて親子で絵本を見るのもいいですね、、、また今月は「敬老の日」もあります。祖父母の方が多年にわたり社会につくして下さったお陰で私達が生かされていることを子ども達にも伝えていきたいと思ひます。

「おじいちゃん、おばあちゃんありがとうございます」感謝の気持ちを込めて！！

今月もよろしくお願ひ致します。

.....  .....  .....  .....

**朝ごはんをしっかり食べよう**

朝ご飯を食べて、頭も体も元気になりましょう。朝ご飯は脳を活発にして、体を動かす力に変わります。何も食べずに登園すると体に力が入らず、けがをすることもあります。運動量が増えるこの時期はしっかり食べて一日を元気に過ごせるようにしましょう。

.....  .....  .....  .....

**・秋の七草**

「秋の七草」とはハギ、オバナ（スズキ）、キキョウ、ナデシコ、クズ、フジバカマ、オミナエシです。秋の七草にちなんだ特別な行事はありませんが、草花を見ることを楽しむ機会にしてみましよう。散歩や植物園に出かけたときなど、親子でいっしょにさがしてみるのもいいですね。

**靴の選び方**

だんだんと過ごしやすい季節になり、運動遊びが活発になってきました。足に合った靴でないと、足だけではなく体全体に負担がかかってきますので、靴を選ぶときは下記の項目をチェックしましょう。

- つま先に0.5~1cmの余地がある
- 横幅が合っている
- 甲の高さが合っている
- かかとがしっかり固定されている

9月生まれのお友だち

日	曜	行事予定
1	月	
2	火	
★3	水	
4	木	
5	金	
★6	土	
7	日	
★8	月	
9	火	避難訓練
10	水	
★11	木	
★12	金	
13	土	
14	日	
15	月	敬老の日
16	火	
17	水	
★18	木	
19	金	
20	土	
21	日	
★22	月	
23	火	秋分の日
24	水	
25	木	
★26	金	お誕生会
27	土	
28	日	
29	月	身体測定
30	火	

★の日は白ご飯不要です