

# 鳥栖市立保育所 子育て支援だより 11月号

鳥栖市立保育所 小鳩園

園長：武富 奈美

担当：島ノ江 淳子



朝夕は、めっきり肌寒く感じられるようになり、園庭の木々も秋色に染まりつつあります。11月7日は立冬ですが、まだ秋を感じるかもしれません。たまた暦の上では冬の始まりです。朝夕冷え込み冬らしく気温も下がり、寒さを感じるようになるでしょう。

保育園の子どもたちは、寒さに負けず園庭で楽しく過ごしています。活動しやすいこの時期に、お子さんと一緒に遊びに来ませんか？

## 七五三の由来

七五三は、子どもが無事にその年齢を迎えられたことに感謝し、さらなる健やかな成長を祈る行事。男の子は3歳と5歳、女の子は3歳と7歳の年に行います。平安時代の儀式が起源とされ、明治時代

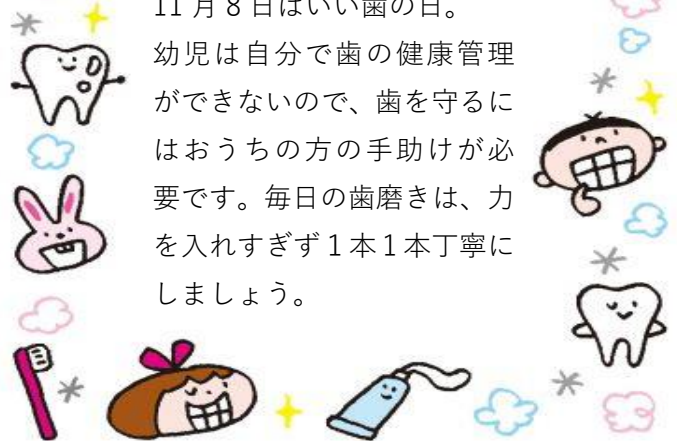
のころには庶民にも広まって、親しまれるようになったそうです。



## いい歯の日

11月8日はいい歯の日。

幼児は自分で歯の健康管理ができないので、歯を守るにはおうちの方の手助けが必要です。毎日の歯磨きは、力を入れすぎず1本1本丁寧にしましょう。



## うれしい効能

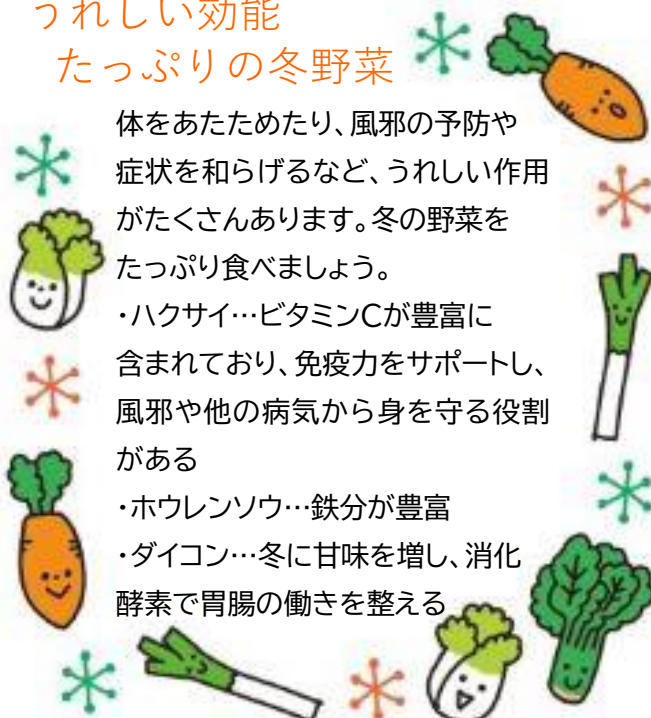
### たっぷりの冬野菜

体をあたためたり、風邪の予防や症状を和らげるなど、うれしい作用がたくさんあります。冬の野菜をたっぷり食べましょう。

・ハクサイ…ビタミンCが豊富に含まれており、免疫力をサポートし、風邪や他の病気から身を守る役割がある

・ホウレンソウ…鉄分が豊富

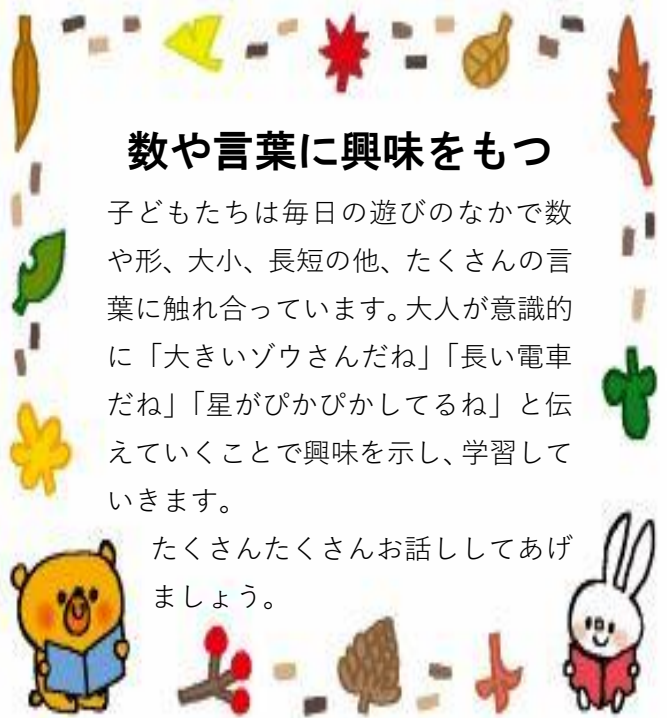
・ダイコン…冬に甘味を増し、消化酵素で胃腸の働きを整える



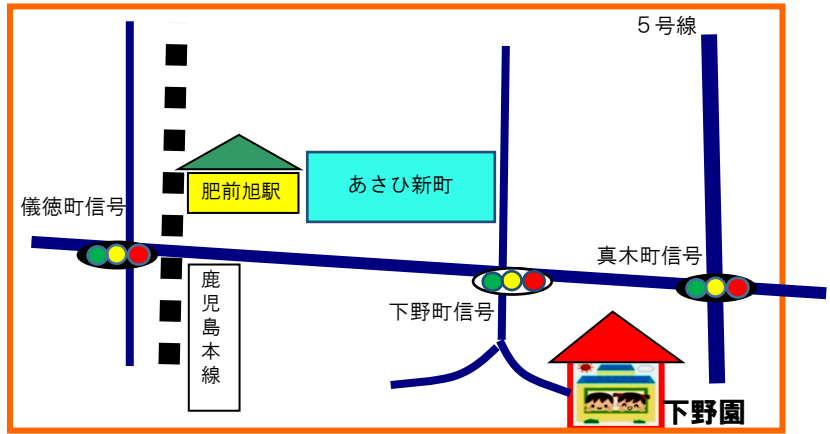
## 数や言葉に興味をもつ

子どもたちは毎日の遊びのなかで数や形、大小、長短の他、たくさんの言葉に触れ合っています。大人が意識的に「大きいゾウさんだね」「長い電車だね」「星がぴかぴかしてるね」と伝えていくことで興味を示し、学習していきます。

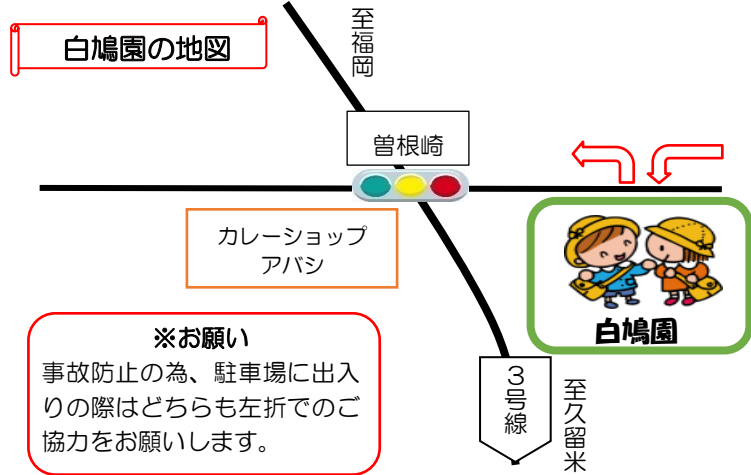
たくさんたくさんお話ししてあげましょう。



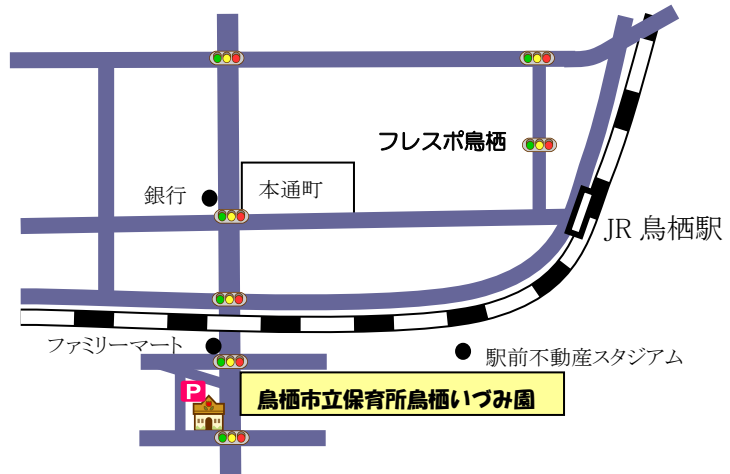
鳥栖市立保育所下野園  
 住所：鳥栖市下野町 2 5 8 7  
 Tel&Fax 8 2 - 3 8 2 4  
 e-mail:shimonoen@city.tosu.lg.jp



鳥栖市立保育所白鳩園  
 住所：鳥栖市原町 7 1 5 - 3  
 Tel&Fax 8 2 - 2 5 4 7  
 e-mail:shirahatoen@city.tosu.lg.jp



鳥栖市立保育所鳥栖いづみ園  
 住所：鳥栖市藤木町 2 3 6 2 - 2  
 Tel&Fax 8 2 - 3 6 1 5  
 e-mail: idumien@city.tosu.lg.jp



鳥栖市立保育所小鳩園  
 住所：鳥栖市本町 3 丁目 1494-11  
 Tel&Fax 8 2 - 2 3 8 8  
 e-mail: kobatoen@city.tosu.lg.jp

