

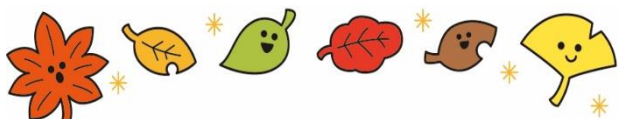
# 鳥栖市立保育所 子育て支援だより 11月号

(鳥栖いづみ園・白鳩園・小鳩園・下野園)

鳥栖市立保育所鳥栖いづみ園  
園長：松藤 真由美  
担当：神代 明里咲



朝晩冷え込む日が増えてきました。11月7日は暦のうえでは冬が始まる「立冬」です。それでも保育園の子ども達は園庭で元気いっぱい体を動かしています。たくさん遊ぶとまだ汗ばむこともあります。季節の変わり目、衣服で調節しながら寒暖差に注意して、健康に過ごせるといいですね。木々も色づく、保育園の園庭にも遊びに来ませんか？



## 秋の自然でおままごと

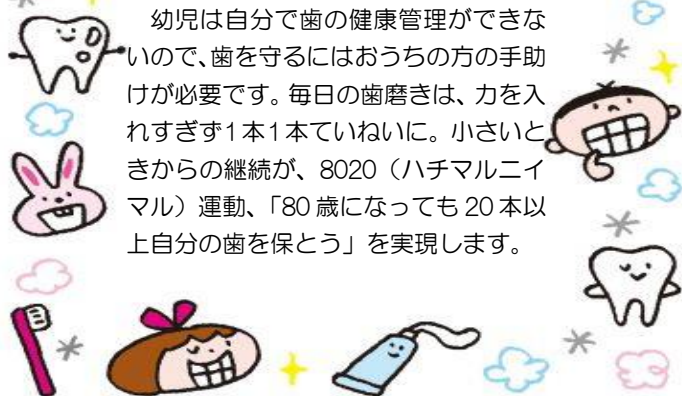
お散歩で見つけたどんぐりや松ぼっくり、赤や黄色の葉っぱは、ままごとのお料理に大変身。いろいろの良さは高級レストラン並みです！



## 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本ていねいに。小さいときからの継続が、8020（ハチマルニイマル）運動、「80歳になっても20本以上自分の歯を保とう」を実現します。



## 七五三の由来

七五三は、子どもの健やかな成長をお祝いする行事です。男の子は3歳と5歳の年に、女の子は3歳と7歳の年に。おおよそ350年前の昔から行われてきた、日本の行事です。紅葉深まる神社やお寺でのお参りはお子様にとっても特別な経験になりそうですね。



## カミカミ、ゴックン

食欲の秋です。よくかんで食べて

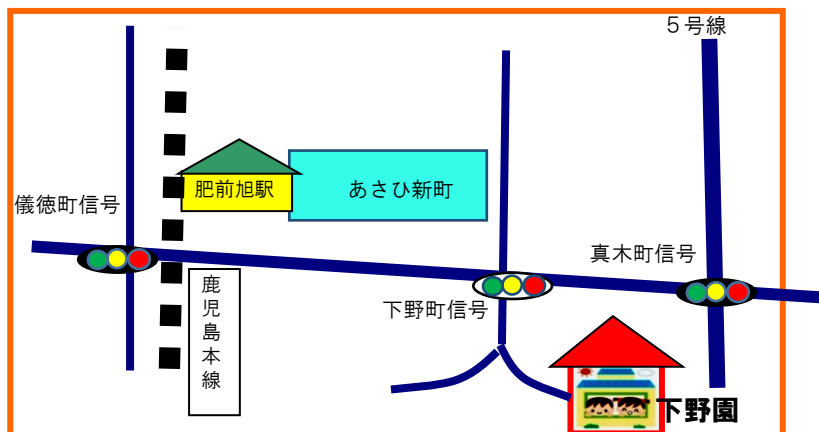
いますか？かたい物を食べていますか？

よくかむことでこんないい事が！

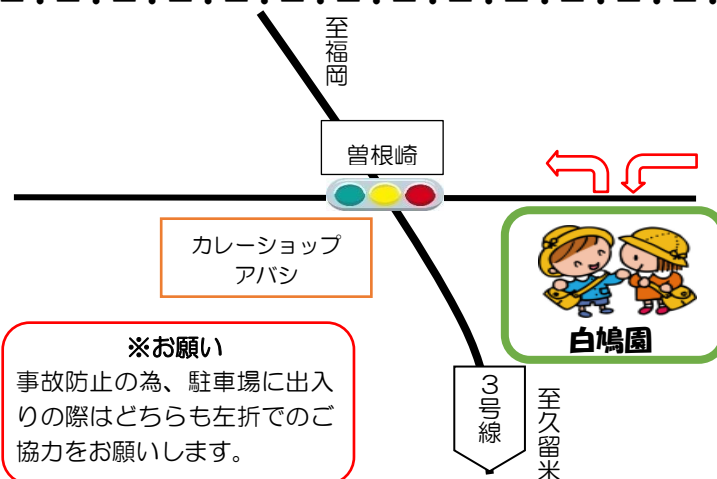
- ・満腹中枢が刺激され、食べ過ぎを防いでくれます。
- ・唾液の分泌が促され、虫歯予防になるとともに消化吸収を助け胃腸が元気に。
- ・口周りの筋肉が鍛えられ、表情がよくなります。
- ・脳が元気に働き、記憶力や集中力が高まります。
- ・かたさや形、味などをとらえ味覚が育っていきます。



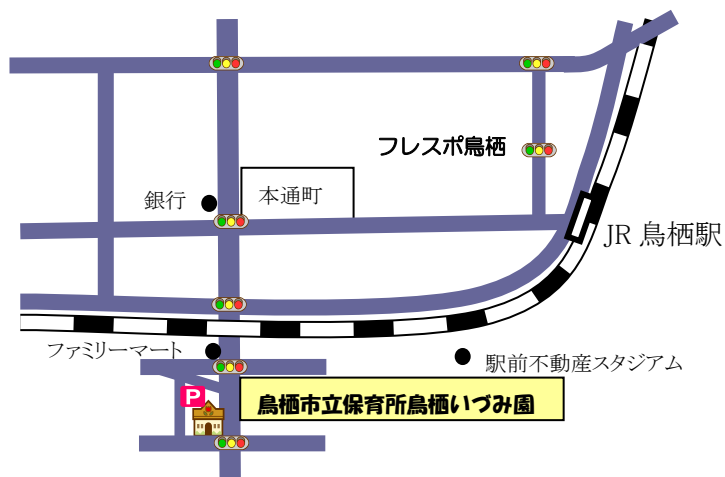
鳥栖市立保育所下野園  
住所：鳥栖市下野町 2 5 8 7  
Tel&Fax 8 2 - 3 8 2 4  
e-mail: shimonoen@city.tosu.lg.jp



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

