



令和5年度 社会福祉法人 弘文会立
 那覇市認定こども園 識名こども園 (子育て支援)

わらびんちゃーだより



秋晴れが続きさわやかで過ごしやすく、活動するには絶好の季節です。こども園の子ども達は園庭にて、サッカーやチャレンジ竹馬、大縄跳びにぼっくり遊びなど活発に身体を動かして楽しんでいます。園児と一緒にのびのびと遊びませんか。連絡をお待ちしています。



月 (0~2歳)	火	水 (3~5歳)	木 (3~5歳)	金
		1	2	3 文化の日 (休園)
6	7	8 園庭遊び	9 園庭遊び	10
13 園庭遊び	14	15	16	17
20	21	22 ありがとう会 誕生会	23 勤労感謝の日 (休園)	24
27 英語 遊戯室遊び	28	29 うちなー口 園庭遊び	30 園庭遊び	



子育て支援	
利用日	月曜日(0歳児~2歳児)
	水曜日(3歳児~5歳児)
	木曜日(3歳児~5歳児)
時間	10:00~11:30

子育て相談	
相談日	月曜日~金曜日
時間	10:00~16:00
TEL	098-836-0850



※電話にてお申し込み下さい。駐車場は限りがありますので、近くの方は徒歩でお越し下さい。
 ※アレルギーがある場合は事前にお知らせ下さい。
 ※こども園の行事等で予定の変更がありますので来園の際は連絡下さい。

こども園の園庭を開放しています!

開放曜日 月曜日~金曜日
 時間 10:00~16:00
 近隣の保育園、保育所、地域に住んでいる方、遊びに来て下さい!
 ※保育士、保護者同伴をお願いします。

栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

かぜの初期にネギみそ湯
 みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

吐き気止めにはショウガ汁
 おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

体の細子を整える野菜類
 野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい! 積極的にとりましょう。

ビタミンC
 不足するとかぜをひきやすい
 キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど

ビタミンA、カロテン
 粘膜を強くする
 ホウレンソウ、ニンジン、ニラなど



☆園児と交流しませんか。

こども園では月に一回、講師の方を招いて「うちなー口」「英語」に親しんでいます。リトミックや英語の歌など、子ども達と一緒に楽しく参加しませんか。

今月は、ありがとう会や誕生会があります。一緒に楽しみましょう!

(^)/

