



秋も深まり、少しずつ寒さを感じる10月🍁

色とりどりの落ち葉や、どんぐりに松ぼっくり・・・秋ならではの発見がたくさんできる季節です。

寒暖差が大きい季節です。体調管理には十分お気をつけください😊🍄

☆長尾保育園について紹介します☆



長尾保育園では、0歳から6歳までの乳幼児をお預かりします。

「明るく」「たくましく」「のびのびとした」子どもをめざし、ご家庭と協力しながら教育・保育に取り組んでいます。

教育・保育環境を整え「情操」「体育」「知育」の調和をとり、心も体も頭も健やかに育つよう、基本的生活習慣の援助を行います。



当園の教育・保育理念

- ☆個々の自立支援 自分で課題を見つけて自ら学び、自ら考え、主体的に判断してから行動しよりよく問題を解決する能力。
- ☆個々の自律支援 自ら律しつつ、他人と協調し、他人を思いやる心や感動する心。
また、豊かな人間性とたくましく生きるための健康や体力。
- ☆共育ち支援 みんなと一緒に育つ。子ども、保護者、保育士、地域、社会等と共に協力しながら育っていけるように見守る。



基本方針

- ☆愛情と信頼を大切に一人ひとりの子どもたちを見守ります。
情操、体育、知育の調和のとれた環境の中で、以下の「生きる力」を育てたいと思います。
 - 自分で考えて、行動する力
 - 協力してできる力
 - 立ち向かおうとする力



教育・保育目標

- ☆家庭的な雰囲気の中で、情緒の安定を図り、健康な身体づくりに努力しています。
- ☆良い生活習慣を育成すると共に次の目標を掲げ、人格形成の基盤づくりを目指しています。
 - ① 正しい判断ができ、人間性豊かな子ども
 - ② 自立心があり、創造性が豊かで協調性のある子ども
 - ③ 感性豊かに五感を感じる子ども

以上の方針を基に保育を行っています。

年間行事など詳しい保育内容は、
長尾保育園のホームページを
ご覧ください。

(「長尾保育園」と検索してください。)



子育ての悩みや相談はありませんか？

子育ての悩みや、そのほか家庭での悩み、どんなことでも
保育園にお気軽にご相談ください。

また、サークル活動や施設開放にもご参加ください。お待ちしております。



子育て支援活動の予定

わんぱく教室

🌸 ワンダフルサークル（1～3歳児）

10月 1日（木）	ミニ運動会
10月15日（木）	ごちそうバイキングごっこ
10月29日（木）	ハロウィン
10月12日（木）	石焼き芋ごっこ
11月26日（木）	秋祭りごっこ

🌸 ぴよちゃんくらぶ（0歳児）

9月 8日（木）	ミニ運動会
9月22日（木）	ハロウィン
10月 5日（木）	石焼き芋ごっこ
10月19日（木）	秋祭りごっこ

※わんぱく教室は前期・後期の2期制で、1期ごとの申込です。（参加費1期につき1000円）

🌸 スマイルサークル（0～3歳児）

10月19日（月）	絵本の読み聞かせ	予約	10月 5日（月）	10：00～電話にて
11月30日（月）	<u>離乳食を食べよう</u>	予約	11月16日（月）	10：00～電話にて

※離乳食を食べている0歳児のお子さま対象

🌸 リトミック（1～3歳児）

10月13日（火）	リトミック	予約	10月 6日（火）	10：00～電話にて
10月27日（火）	リトミック	予約	10月20日（火）	10：00～電話にて
11月17日（火）	リトミック	予約	11月10日（火）	10：00～電話にて

❀ 子育て応援イベント（0～3歳児）

※日程は、ひらかた広報をご覧ください。

❀ ふれあい体験・ブックスタート（0歳児）

10月 7日（水） 10：00～ 一緒にあそびましょう（5～8カ月の乳児）

10月28日（水） 10：00～ お誕生日をお祝いしましょう（満1歳）

11月 4日（水） 10：00～ 一緒にあそびましょう（5～8か月の乳児）

11月25日（水） 10：00～ お誕生日をお祝いしましょう（満1歳）

※「一緒にあそびましょう」「お誕生日をお祝いしましょう」の計2回参加できます。
電話にてお申込みください。

❀ おはなし広場（予約不要・何歳でも可）

10月23日（金） 10：30～ 長尾保育園 園庭にて

11月20日（金） 10：30～ 長尾保育園 園庭にて

❀ 施設開放（予約不要・何歳でも可）

毎週 月・火・木曜日 10：00～15：00 長尾保育園 園庭または保育室

活動や予約についてわからないことがあれば、

お気軽に長尾保育園までお問い合わせください。



電話 番 号

072（858）5881

☆AED（自動体外式除細動器）について

長尾保育園には、AED（自動体外式除細動器）を設置しています。



保育園の玄関フロアーにて
図書貸出コーナーを設置しています。
図書カードご希望の方は保育園まで
お問い合わせください。

絵本紹介

「でんしゃ くるかな？」 0・1・2歳児 作/きくちちき 発行/福音館書店

くるかな くるかな？動物たちが首を長くして電車を待っています 🚆

「きたー！」みんなは大喜び ✨

乗るのかな？と思ったら・・・「ばいばーい 🙋」 みんなで電車をお見送り。

さあさあ、またくるかな？ 「きたきたー！」 やってきた電車にまた大喜び 😄

繰り返しが楽しい絵本です。

「おつきさま なにみてる」 0・1・2歳児 作/なかじまかおり 発行/岩崎書店

夜空に浮かぶ、まあるいお月さま 🌙

にっこりやさしい笑顔で、こいぬやことりが眠っているのを見守っています。

お家ですやすや眠るあかちゃんも・・・ 🏠

あかちゃんから楽しめる「おやすみなさい」の絵本です。



- ★ 保護者の短時間の就労
 - ★ 病気やケガなどの緊急時
 - ★ 在宅での子育てに疲れてしまった時
 - ★ 自分の時間を持ってココロとカラダを回復させたい時
- などなど・・・

そんな時は、**一時保育** をご利用ください。

いざという時のために、まずは利用登録をお願いします。

詳しくは、お気軽に長尾保育園までお問合せください📞
(枚方市在住の方のみご利用ができます。)

10月のあそびは、
○園庭あそび
○造形あそび（季節の製作など）
○ボールあそび
○コーナーあそび
○サーキットあそび

などの予定です。





ほけんだより



目指せ！ 目の健康マスター

スタート！



まえがみが目に
かからないようにする



本やタブレットを
30分見たら5分休む

ぜんぶのマスを走ろう
一度通った道・マスは通れないよ



ペンキようは
適度な明かりです



たくさん寝る



外で遊ぶ



背すじをのばして
すわる



おめでとう！これできみも
「目の健康マスター」だ！
これからも目を大切にね

目にやさしい
生活の
ポイント



- ◎◎ 本やタブレットは目から30cmはなそう。背すじをのばすと自然ときりがとれるよ
- ◎◎ 本やタブレットを30分見たら5分休もう。遠くを見たり、目を閉じたりするといいよ
- ◎◎ 外でたくさん遊ぼう。太陽の光には近視をすみにくくする力があるよ
- ◎◎ 21時までには寝よう。目は寝ているあいだにつかれを取るよ

①-②-③-④-⑤-⑥-⑦-⑧-⑨-⑩

秋は 服装で体温を調節！

秋は朝晩と日中の気温差が大きい時期。服装でしっかり
体温を調節しましょう。

気温と服装の目安	25℃	はんそて 半袖シャツ
	20℃	ながそて 長袖シャツ
	15℃	カーディガン
	10℃	セーター
	5℃	うすて 薄手のコート
	0℃	コート ダウンコート





10月16日

世界食糧デー



世界中では、食べ物がなく困っている人たちがたくさんいて、10人に1人が十分に食べられていないといわれています。日本では2008年から10月を「世界食糧デー月間」としています。

日本では、毎年600万トン以上もの食品ロスが発生しています。これは、日本人1人あたり、毎日お茶碗1杯分のご飯を捨てていることになります。一人ひとりが食べ物を無駄にしないよう気を付けて、食品ロスを減らすことで、気候環境を守ることにもつながります。

好き嫌いなくなんでも食べよう

● 腹ぺこになると何でもおいしく食べられる!?

間食を食べ続けてたり、運動不足だったりすると、食欲が湧かず嫌いなものを残してしまいがちです。反対に、お腹がすいていると、苦手なものでも美味しく感じられることがあります。

● 旬のものを食べよう!!

嫌いな食材でも、旬の時期に新鮮なものを食べると美味しく感じられる可能性が高いようです。

● 調理方法を変えてみよう!!

子どもの味覚はとても敏感ですが、肉や魚といっしょに加熱調理すると、うま味で渋みが減り食べやすくなります。



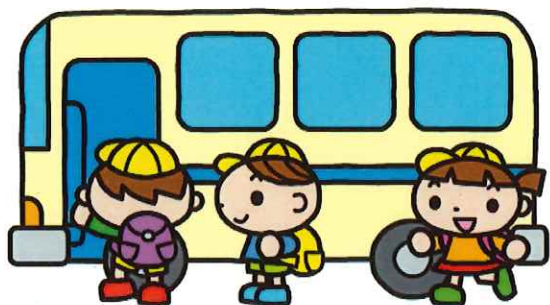
おすすめレシピ〈スイートポテト〉

材料	さつまいも	1本
	砂糖	40グラム
	豆乳マーガリン	40グラム
	豆乳	適量

- ① さつまいもの皮をむき、角切りにして柔らかくなるまで茹でる。
- ② 茹でたさつまいもをボウルに入れて潰し、マーガリン・砂糖を入れます。
(硬かったら、豆乳を入れて適度の硬さにしてください。)
- ③ ②を、好きな大きさに分けて成形し、上からハケで豆乳を塗ります。
- ④ オーブン180℃で10分焼いたら完成。

10月の献立の栄養平均

★ 3歳未満児	エネルギー	422 kcal	たんぱく質	13.7 g	脂質	11.6 g	食塩相当量	1.2 g
★ 3歳以上児	エネルギー	563 kcal	たんぱく質	18.4 g	脂質	15.7 g	食塩相当量	1.8 g



社会福祉法人 長尾会

長尾保育園

〒573-0105

枚方市長尾東町1-41-1

TEL (072) 858-5881

