



10月号

2020年10月1日発行  
都立大 KIDS

朝晩はひんやりとした空気を感じるようになり、日暮れも早くなってきました。10月は、1年のなかで最も活動に適した時期です。どんぐりを探したり、季節の移ろいを眺めながら、お散歩の時間を多く取り入れて、子どもたちと楽しく過ごしていきたいと思います。

敬老の日プレゼント製作

初めてクレヨンでお絵描き。  
頑張って描いたよ～



写真付きの置物を作って  
プレゼントしました☆



Happy Birthday!

スクスクと大きくな～れ!



秋が旬の食べ物に「きのこ」があります。きのこには、食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維には、血中コレステロールを下げる働きもあるので、生活習慣病の予防にもつながります。しいたけを3個食べると、サラダボウル1杯の生野菜を食べたことと同量の食物繊維をとることができますよ。

おすすめ料理は

きのこご飯!



10月のうた

どんぐりころころ

やきいもグーチーパー



お知らせ

英語のレッスンがあります。

8日 10:30~

カードを使ったり、リトミックを交えて楽しくレッスンします。