



夏の暑さが去り、一気に深まる10月は行事も盛りだくさん！  
読書の秋、食欲の秋と色々な秋がありますが、みなとではスポーツの秋をテーマにしていきます。  
運動会の練習、ストレッチ、筋力トレーニングに力を入れていこうと思います。

## 9月のみなとっ子



公園へ遊びに行ったよ！

秋晴れはとても気持ちがいいね♡



## ねらって!! ねらって!!



## ボーリング



いっくよお〜  
せ〜のっそれ〜!!



ピンを立てるのが  
好きなのです♡



イエ〜イ  
ストライクだぜ!!

## 10月行事予定



- 避難訓練
- お出かけ
- ハロウィン制作



## 看護師からのひとこと

猛暑だった夏も終わり、やっと過ごしやすい秋が訪れましたね。  
みなとでも散歩や公園へ出かける日が増えていきそうです。  
季節の変わり目で、朝夕の気温差で風邪をひきやすかったり、ウィルスの感染  
(インフルエンザ等の発症) から予防するため、入出後のうがいや手洗い、  
そして水分補給も継続していきます。

※気温の変化に応じ、秋服の着脱調整していますので、ご用意お願いいたします。

