

# みなと通信



(有)ミナト交通

でいサービスみなと (放課後デイ)

神栖市土合南 2-1-21-1

電話 : 0479-48-0300

FAX : 0479-48-5187

でいサービス  
みなと

R.4. 10. 1



気温も湿度も落ち着き、過ごしやすい季節になりました。朝方は少し肌寒く着るものも一番悩んでしまう時期ですね。一方で、インフルエンザを始めとする感染症には特に気を付けなければいけない季節でもあります。新型コロナウイルス対策と合わせて、引き続き子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでまいります。

## 9月のみなとっ子



夕方は暑さも落ち着き過ごしやすくなりました。活動では外に出る機会も増え、サッカー、野球、トランポリン、追いかっこなどを動かしています。室内とは違い外では思いっきり体を動かせる様で、気分もスッキリするようです。

散歩では、交通ルールの再確認をしつつ学校での出来事など楽しく会話しながら、20分程歩いています。その道中で、近所のワンちゃん、ネコちゃんとの出会いもあり、興味津々の子ども達。飼主さんには元気に挨拶をしています😊  
学習でもタオル畳みや平仮名パズル。ボールペンの組み立て。集中し行っています。

### 看護師からのひと



過ごしやすく、運動に適した季節になりました  
10月8日は「骨の日」です。

骨を丈夫にする運動は大切です。近い距離は歩く、階段を積極的に利用するなど、無理のない運動を始めましょう日光浴も骨を強くする作用がありますので、運動が難しい方にもお勧めです。

食事面では、カルシウムを多く含む食品の他、タンパク質や食物繊維などをバランスよく、規則正しく頂きましょう

10月の行事予定

- お出掛け
- 避難訓練

