

ゆりかごわかかさ児童クラブ
発行No.6
TEL:0982-37-4305
代表:福井 奏子



令和7年度保育テーマ

いつだって まんまるまんなか こどもたち

令和7年10月1日

ゆりかごわかかさ 児童クラブ



【避難場所】

- ①一ヶ岡第3街区公園
(延岡市南一ヶ岡6丁目) 徒歩約1分
海拔10.3m/海岸からの直線距離約483m
- ②土々呂小学校東側階段上広場
(延岡市土々呂町1丁目付近) 徒歩約5分
海拔3.6m/海岸からの直線距離約228m

少しずつ暑さが和らぎ、季節の移り変わりを感じる季節となりました。

児童クラブの子どもたちは外遊びを楽しむことが増え、秋晴れの中 元気いっぱい駆け回る姿が見られています。

小学校では運動会の練習があり、戸外活動が盛んになる時期です。疲れが溜まる頃ですので、生活リズムを整え、熱中症や体調管理に気を付けながら元気に過ごしましょう。



10/23(木)、10/27(月) 児童クラブ開館について

土々呂小学校の振替休業日(運動会前日準備分、運動会当日分)のため、10/23(木)と10/27(月)は下記の通り児童クラブを利用できます。

【日 に ち】 令和7年10月23日(木), 10月27日(月)

【開館時間】 8:00~18:00

【預り場所】 ゆりかごわかかさ児童クラブ

【持 ち 物】 弁当(保冷剤多め)・水筒・帽子・着替え



人数把握のため、事前に出欠を確認します。ご協力くださいますようお願いいたします。



運動会に向けて、体調を整えましょう

夏から秋への季節の変わり目は朝晩の気温差が激しく、日照時間も減少することから「体がだるい」「すぐに疲れる」「よく眠れない」などの不調を感じやすくなります。これらは自律神経の乱れの症状であり「秋バテ」とも呼ばれます。元気よく運動会当日を迎えるために、普段の生活の中で「秋バテ」を予防しましょう。

○規則正しい生活

決まった時間の寝起き、朝昼晩3食きちんと摂るなどの規則正しい生活を送ることで、自律神経を整えることができます。朝起きたら太陽の光を浴び、体内時計をリセットしましょう。質の良い睡眠に繋がります。

小学生は、9時間以上睡眠時間を確保することが推奨されています。(例:夜9時就寝 朝6時起床)

○適度な運動で体力アップ

天候の良い日は公園や広い場所で体をたっぷり動かしましょう。歩く・走る・跳ぶといった基本的な運動を継続することで、体力と運動能力が向上します。家族や友達と一緒に体を動かすことで、心の豊かさも育まれます。鬼ごっこやボール遊びなど、「面白い」「またやりたい」と感じるような活動を児童クラブでも取り入れていきます。



10月の計画

【クラブ費について】

全世帯現金での支払いとなります。集金袋を配布しますので、10月10日(金)までに納入をお願いします。

	内容	3時のおやつ	備考		内容	3時のおやつ	備考		
1日	水	ぬり絵をしよう	ちりめん大豆	手作りおやつ	16日	木	読書をしよう	ロアンヌグミ	
2日	木	外で遊ぼう	とうふドーナツ	手作りおやつ	17日	金	作ってあそぼう(ダンボール)	さくさくパンダ	
3日	金	リレーをしよう	プリッツ		18日	土	ぬり絵をしよう	お楽しみおやつ	第二
4日	土	クリーン作戦	お楽しみおやつ	第二	19日	日	お休み		
5日	日	お休み			20日	月	外で遊ぼう	マーラーカオ	手作りおやつ
6日	月	外で遊ぼう	お月見団子	手作りおやつ	21日	火	折り紙をしよう	ロングウィンナー	
7日	火	ボードゲームで遊ぼう	まるごとバナナミニ		22日	水	ボールあそび	ハッピーターン	
8日	水	外で遊ぼう	パンケーキ		23日	木	外で遊ぼう	お楽しみおやつ	土々呂小振替休日
9日	木	ぬり絵をしよう	せんべいミニゼリー		24日	金	英語昆虫採集・観察	チョコバッキー	
10日	金	ボールあそび	セサミクッキー(手作りおやつ)	クラブ費納入締切日	25日	土	運動会前日準備 クリーン作戦	お楽しみおやつ	第二
11日	土	外で遊ぼう	お楽しみおやつ	第二	26日	日	お休み(土々呂小運動会)		
12日	日	お休み			27日	月	ボールあそび	お楽しみおやつ	土々呂小振替休日
13日	月	祝日(スポーツの日)			28日	火	ボードゲームで遊ぼう	バナナ(和菓子)	
14日	火	折り紙をしよう	オレオ		29日	水	外で遊ぼう	ぶどうゼリー	手作りおやつ
15日	水	作ってあそぼう(ダンボール)	ゼリー		30日	木	ぬり絵をしよう	ポテコ	
毎月6回程度、保育園の手作りおやつをいただきます。					31日	金	外で遊ぼう	ドーナツ	

★英語 日程のお知らせ★

月に一度、英語講師の岩切先生が日常の英単語にふれあい楽しみながら教えてください。

【日にち】令和7年10月24日(金)
【時間】15:30~16:00(1・2年生)
16:10~16:40(3年生)
【準備物】筆記用具

10/26(日)は運動会です

運動会に伴い、前後に振替休日があります。児童クラブを利用される場合は預かり場所等について、表面の内容を確認の上ご利用くださいようお願いします。

連絡先(問い合わせ等は下記の番号まで)

TEL:0982-37-4305 9:00~18:00
(ゆりかごWECわかくさ保育園)

TEL:0982-37-0787 9:00~18:00
(第二ゆりかごWEC学院「統括」)