



# ひだまり通信



秋の深まりが感じられる季節になりました。

秋と言えば… 食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋ですね。過ごしやすくなってきましたので、よく食べ、よく動き、戸外で遊ぶことが多くなってきたのではないのでしょうか。

昼夜の気温差があるこの時期。健康面に十分に気をつけながら、自然を満喫しましょう。



## 10月の予定

2日 (金)	にこにこフリーあそび
7日 (水)	ホールであそぼう
9日 (金)	えほんだいすき
14日 (水)	なかよし外あそび
16日 (金)	にこにこフリーあそび
21日 (水)	にこにこフリーあそび
23日 (金)	なかよし外あそび
28日 (水)	おたんじょうびおめでとう
30日 (金)	にこにこフリーあそび

お知らせ  
10時～12時

\*ひだまりルーム 9:30～11:15\*



## 私と小鳥と鈴と 金子みすゞ

私が両手をひろげても、  
お空はちっとも飛べないが  
飛べる小鳥は私のやうに、  
地面を速くは走れない。  
私がからをゆすっても、  
きれいな音は出ないけど、  
あのなる鈴は私のやうに  
たくさんな唄は知らないよ。  
鈴と、小鳥と、それから私、  
みんなちがって、みんないい。



合唱曲にもなりました♪

### 秋の味覚ランキング

- |    |       |      |              |
|----|-------|------|--------------|
| 5位 | 柿     | 干し柿  | サラダ          |
| 4位 | 松茸    | 焼き松茸 | 松茸ごはん        |
| 3位 | サンマ   | 塩焼き  |              |
| 2位 | さつまいも | 焼いも  | てんぷら スイートポテト |
| 1位 | 栗     | 栗ご飯  | あまぐり モンブラン   |
- 食べ過ぎに注意しつつ(笑) 味わってみてください

## ひだまり写真館

