

うおの園だより NO. 2

発行日：平成 19 年 11 月 19 日

電話：025-792-1096

おめでとう！長寿の皆様

9月14日、うおの園の敬老会がありました。ひがし保育園の年長さんが唄や踊りでお祝いしてくれました。



楽しかった運動会！

10月19日、伊米ヶ崎小学校の一年生と一緒に、『輪送りゲーム・ジャンケンゲーム・パン食い競争』をしました。まだまだ、子供たちには負けないぞ！！



栄養ワンポイントアドバイス
「風邪の予防に効果的な食品」

南瓜・人参・春菊などに含まれるビタミン A は、鼻・のどの粘膜保護に、じゃがいも・サツマイモに含まれるビタミン C は免疫力の向上に効果的です。また、生姜・ニンニク・長ネギは、体を温めてくれます。

でも、なによりも**十分な休養**と**栄養補給**が風邪の予防には一番です！

今後の行事予定



12月14日(金)	クリスマス会
12月21日(金)	バイキング
1月16日(水)	新年会
2月	節分豆まき
3月	ひな祭り