



あそびだより

2024年10月

あそびの杜保育園

園長 杉浦 昌代 四季があることが日本の良さなのに二季になりそうな昨今。少しずつの秋らしさが一層うれしくなります。今年度もいよいよ後期に入ります。色々な場面で子どもの達の成長を感じられそうです。

…想像・イメージをする力…についてのお話です。自分の頭の中で思考を巡らせ、目の前で起こっていない状況を考え、思い浮かべる。時には行動する(コントロールする)。この力は日々の経験の中で育っていきます。動画視聴の多い現代は色々なものが目に入るために、俗にいう「行間」や「見えない場面」を考える経験が少なくなり、それも想像力が育たない要因のようです。実は、子どものけがにもつながっているように感じています。平均台や鉄棒、マットなど幼児になると運動の幅が広がります。そもそも人は落ちそう時に何かしがみついたりします。本能でもあるし、落ちたらどんな状態(けが)になるか…と想像がつき、それなりの身のかわしをする。しかし、最近は一気に手足を離してしまい大人の支えなしでは大変なことに…そんな場面が多々あります。想像力も育てるもの。「想像を楽しむ」という場面を経験することが大切で、その1つが絵本なのだと思います。

主任 鈴木 祐子

今月は運動会にお泊り保育…幼児クラスの子どもたちにとっては多くの行事がある季節になりました。今年は3・4・5歳児合同の運動会で盛り上がりそうです。保育園見学をされていた保護者の方が、運動会で行う障害物をしている子どもたちの姿を見て「こんなことができるんですか!」とびっくりされていました。

そして保護者の方と離れて過ごすお泊り保育…仲間と一緒にいろいろな経験ができるのは保育園ならではのね。子どもたちがぐっと大きく成長する姿を楽しみにしたいと思います。乳児クラスの子どもたちも、数年後にはこんな姿に…と想像すると楽しみです。

10月の予定

- 5日(土) 運動会 (3, 4, 5歳児)
- 11日(金) お弁当の日
- 11日(金)~12日(土) 5歳児お泊り保育
- 14日(月) スポーツの日
- 18日(金)~19日(土) 4歳児お泊り保育
- 20日(日) 運動会予備日
- 25日(金) 誕生会



11月の予定

- 3日(日) 文化の日
- 4日(月) 振替休日
- 23日(土) 勤労感謝の日
- 29日(金) 誕生会

0歳児 てまり組

毎日毎日暑くて、いつになったら戸外へとでられるようになるのだろう…と思っていたら、一気に気温が下がり肌寒いくらいになりましたね。てまりぐみさんは歩行を獲得しはじめた子もいて、これから戸外でもたくさん歩くことを楽しみつつ、まだまだたくさんハイハイあそびも取り入れて“這う”ということも行っていく、自分のからだを守るからだづくりを行っていきます!



1歳児 おてだま組

暑さが続く毎日ですがおてだま組の子ども達は毎日元気いっぱいです。毎日おこなっているリズム運動はとっても上手になり、「〇〇やってー」と声上がることもあります。今月はお散歩に行けると良いな…。虫探しやドングリ拾い、秋ならではの遊びや経験をたくさんしたいと思います! 靴をはいて皆でどこまで行けるのかもワクワク・ドキドキです。



2歳児 かざぐるま組

まだまだ暑さが続いた9月。戸外にはなかなか出られなかったため室内でたくさんからだを動かしました。リズム運動の動きを取り入れたおにごっこやイスとりゲームなど、簡単なルールのある遊びにも挑戦。何回かくり返して遊んでいくうちに少しずつルールを理解し、勝ったらよろこんだり負けたらちょっぴりくやしかったり、そんな気持ちも味わった子どもたち。これからもみんなと遊ぶ楽しさをたくさん感じてほしいと思っています。



3歳児 こま組

運動会に向けて日々の活動で障害物など練習をすることが増えました。歌も大きな声で歌えるようになりました。初めての運動会ですが、カッコいい姿がお見せできそうです。すいぶん涼しくなりました。ようやく戸外へ出かけられるようになり、これからはいろいろな場所に出かけながら長い距離をテンポよく歩き、歩行力と体力高めていきたいと思っています。



4歳児 めんこ組

虫の声に色づく木々…秋の訪れを感じる頃となりました。運動会にお泊り保育、大きな行事が続きます。今、子ども達は運動会に向けて障害物やダンス、リレーなど楽しみながら頑張っています。お泊り保育に向けて、“自分のことは自分でやってみる”とお家でも頑張っている様子を聞くことができ、とても嬉しく思います。行事を通して、さらに成長した姿をお見せできる事を楽しみにして下さい!



5歳児 たけうま組

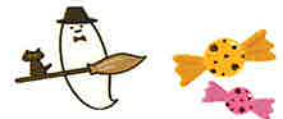
9月も終わり、たけうま組での生活も残り半年となりました。10月には運動会、お泊り保育と行事もたくさんあります。子どもたちは行事を楽しみに毎日準備や練習を頑張っています。9月24日から午前のお昼寝がなくなり1日からだを動かしているたけうまさん。運動会練習などでもたくさん動いているため疲れなどで体調を崩さないよう注意していこうと思っています。



※感染症の流行状況により予定が変更・中止される場合があります。



10月給食だより



まだ夏なのかと錯覚してしまうような暑い日があり、秋らしくはなかなかありませんね。ですが、これから急に朝・夕と冷え込むこともあります、体調を崩さないように規則正しい食生活を心がけ、スポーツの秋らしく適度に運動を取り入れながら健康的な日々を過ごしましょう!!

新米の季節です

田植えの時期や品種にもよりますが、9月～10月にかけて稲刈りの季節です。台風や地震の影響でお店からお米がなくなり、新米の入荷がまちまちで不安定ですが、今年もこれから新米が食べられる季節になりました。新米は水分を多く含んでいて、つややかで、炊いた時しっかりお米がたっていてとてもいい香りがします。ごはんはよく噛むことによって、唾液に含まれる消化酵素の働きで、炭水化物(でんぷん)が、糖に分解され、より甘みを感じられるようになります。しっかりよく噛んでお米の甘みを堪能しましょう。**【お米は石川屋米店さんから、新米(七分づき米)を安定して給食に納品することが出来ているのでご安心下さい】**



【お米の栄養】

お米の栄養は、エネルギー源になる炭水化物です。炭水化物には、食物繊維も含まれており、からだにとって大切な供給源になっています。主食がパンの場合、(パンと飲み物)軽食で終わってしまいがちですが、ご飯を主食にすると、おかずが必要になりバランスが整うことができます。ご飯は炭水化物が主な栄養素なので、肉・魚・大豆製品・卵・野菜をうまく組み合わせて、**特にエネルギーが必要な朝食から食べることをお勧めします!!**

保育園の七分づき米は、玄米を7割精米したものです。ビタミン・ミネラルが多く含み、よく噛むと甘味のあるおいしいお米です。



ごはんがすすむ!! 鶏とれんこんの甘酢照り焼き (2人前)

鶏もも肉1枚(300g)
れんこん 150g
酒 小さじ1
塩 少々
片栗粉 大さじ2
サラダ油 適量
みりん 大さじ2
醤油 大さじ1と1/2
砂糖 大さじ1
酢 小さじ2



- ① れんこんは皮をむき、厚さ5mm程度の半月切りにし、たっぷりの水に3分ほどさらしてからキッチンペーパーで水分をおさえる。
- ② 鶏もも肉は筋切りし、全体に切り込みを入れて厚さを均等に、ひと口大に切る。酒と塩をもみ込み片栗粉をまぶす
- ③ フライパンに5mmの高さまでサラダ油を入れ熱し、れんこんにこんがり色がつくまであげ焼きにし、皿にあげておく。
- ④ フライパンに鶏肉の皮目を下にして両面しっかり焼き余分な油を取り(みりん・醤油・砂糖・酢)を入れ弱火でれんこんを入れて汁気がなくなるまで炒め合わせて出来上がり。

給食室から

スポーツの秋がやってきましたね!! 運動会の練習はもちろん、自由時間も元気いっぱいからだを動かしています。食事の量も増えてきました。おかわりがなくなる日もあります。ご家庭でも食事の量を見直してみたいかがでしょうか。運動・睡眠・食事を大切に丈夫なからだ作りをしましょう!! 特に朝食は1日の大事なエネルギーの源になります。しっかりと食べて元気に登園しましょう。

ほけんだより 10月号

2024年10月
あそびの杜保育園

朝晩は涼しくなりましたが、日中は夏のように暑い日もあり気温の差が大きく体調を崩しやすい時期です。運動会やお泊り保育などの行事も予定されています。しっかり食べて、たくさん遊んで、たっぷり眠る。規則正しい生活リズムの中で、寒さに向かう体力・感染症に対する免疫力をつけましょう。

インフルエンザの 予防接種が始まりました

2回の接種が必要

小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいと言われています。

効果が十分に出るのは2回目接種から 約2週間

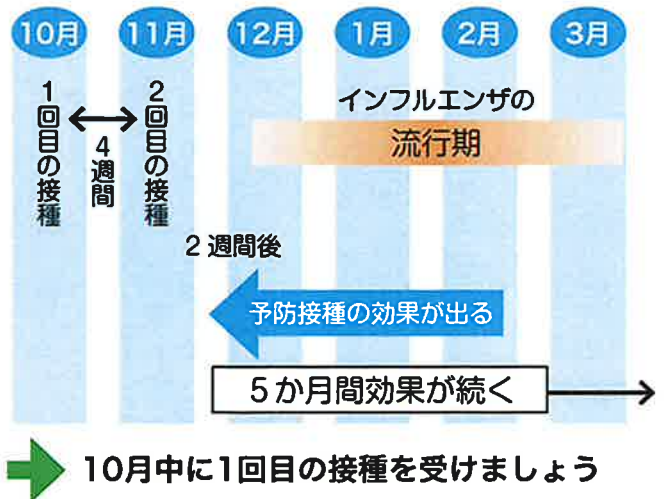
乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。



例年10月からインフルエンザの予防接種が始まります。予防接種の特性を知って、早めに接種を受けましょう。



10月10日は目の愛護デー

10を横にすると、まゆと目に見えるので、10月10日は「目の愛護デー」。
子どもの目を守るには、「見え方の異常」にも注意が必要です。

こんなサインに注意！



頭を傾げる

目を細める

横目を見る



片目をつむって見る

片方の目の焦点が合わない

見る力は、目から情報を取り入れ、脳で処理することを毎日繰り返しています。

目に異常があると、脳に情報が届かず、見る力が育ちません。早く治療を始めるほど回復しやすいので、見え方の異常に気付いたら、早めに眼科で相談しましょう。

視聴覚検査

3歳児(こま組)を対象に、目と耳の異常をできるだけ早く見つけ、適切な治療につなぐための調査を実施します。調査票を配布されたら、お家で検査をして最後のページを**10月7日**までに園へ提出してください。