



平成27年 10月
黒坂保育園

“空が高くなった～” そんな感じのする季節です。いろいろな意味で子ども達の成長も随所にうかがえます。好きな遊びをみつけて友達と一緒に遊ぶ姿、集団での活動、話に聞き入る瞳、どの子ものびのびと自分をだし、安心して生活をしているようです。

さて今月は、運動会を控えていますので体調には十分気をつけて元気に参加してほしいと思います。



【10月の行事予定】

1	木	運動会予行練習・安全点検・清掃の日
2	金	内科検診
3	土	奉仕作業
4	日	
5	月	
6	火	運動会予行練習
7	水	運動会予行練習
8	木	スポーツ教室(年長児・年中児)
9	金	
10	土	運動会
11	日	
12	月	
13	火	避難訓練(火災)
14	水	身体計測
15	木	おでかけ保育
16	金	誕生会
17	土	
18	日	
19	月	
20	火	交通指導
21	水	音楽あそび・療育センター交流
22	木	スポーツ教室(年長児・年少児)
23	金	就学時検診(清武小)
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	英語あそび
29	木	歯科検診
30	金	
31	土	



おしらせ



🍎 10月10日(土)運動会当日の一方通行のお願いです。運動会当日は、納涼会同様 送迎が混雑が予想されますので一方通行のご協力をお願い致します。(西側からは進入できません)

🍎 2月に予定しています保育参観の日程を、2月6日(土)から**2月20日(土)に変更**をさせて頂きたいと思ひます。

内容は、親子遠足が雨天のため子ども達だけの園内遠足になってしまいましたので、**2月20日(土)に親子遠足**(フェニックス自然動物園)を計画、予定しています。詳細は、後日お知らせ致します。

🍎 11月28日(土)は、生活発表会です。衣装等の準備でお願いをすることがあると思ひますがご協力をお願い致します。



新しいお友達です

こんどう さゆりさん(ひよこ組)

よろしくお願ひします





ひよこぐみだより

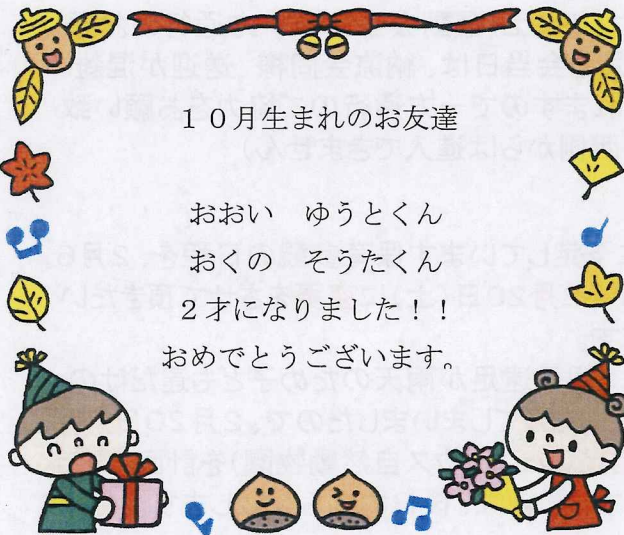
☆今月の目標☆

- ・秋の自然に触れながら、体を十分に動かして遊ぶことを楽しむ。
- ・体調に留意し、健康で快適に過ごす。



☆子どもたちの様子☆

10月は気温差の激しい季節です。体調を崩さないよう、体調管理をしていきましょう。元気に登園してくるこども達は、手作りおもちゃや園庭の遊具で遊んだり、体をたくさん動かしています。月齢の小さい子もハイハイやつかまり立ちをして探索活動を楽しんでいます。これから天気の良い日は散歩車に乗って散歩に出かけ、秋の自然に触れて遊びたいと思います。



10月生まれのお友達

おおい ゆうとくん
 おくの そうたくん
 2才になりました！！
 おめでとうございます。



いよいよ運動会！！

お遊戯、かけっこの練習を頑張っている子供達。当日はいつもと違う雰囲気や驚いたり、泣いたりするかもしれませんが、親子で楽しい思い出ができるのではないかと思います。たくさんのご参加お待ちしております。



月齢の大きい子はトイレトレーニングやズボンの着脱の練習を毎日頑張っています。出た時には嬉しそうに「でた～！」と教えてくれるようになりました。



お願い

- ・気温の差が激しくなってきました。衣服の調節ができるように長袖と半袖の着替えを持ってきて下さい。また、名前の記入の確認もお願いします。
- ・爪がのびている子どもがいます。こまめに切ってきて下さい。





うさぎぐみだより

保育目標

- 気温差に留意し、健康で快適に過ごせるようにする。
- 秋の自然に触れながら戸外遊びを十分に楽しむ。

朝晩も涼しくなり過ごしやすい季節になってきました。外遊び中、紅くなった葉っぱを手に、『せんせい、あかーいよー』『おかあさんにもってかえるー』と大事そうに靴箱になおしたり、両手に力いっぱい握りしめて見せてくれたり…そんな子ども達の姿を目にすると心がほんわか和みます。

～スポンジ絵の具でどんぐりをつくりました～



おめでとうございます！！

おちあい くみさん(3さい)
はらかわ そうたさん(3さい)
のざき はるとさん(3さい)



おねがい

- 爪が伸びていないか確認をお願いします。
- 日中は汗がでることもありますので半袖長袖、両方の準備をお願いします。

お知らせ

10月よりひよこ組さんからふじもとここさんが進級してきます。どうぞよろしくをお願いします。



10



くまぐみだより



目標

- ・ 気温差や子どもの体調の変化に気を付け、元気に過ごせるようにする。
- ・ 身の回りのことを自分からしようとしたり、生活やあそびの中できまりやルールの大切さに気づき、守ろうとする。
- ・ 秋の自然にふれながら、戸外あそびを楽しむ。



もうすぐ運動会！

今月は子どもたちも楽しみにしている運動会がありますね！体操教室やあそびの中で、マットの上で前転をしたり、数個の丸めたマットの上を思い切りジャンプして渡っていったり、平均台をバランスをとりながら渡ったり、園庭の滑り台に登ったり、鉄棒のぶらさがり足をかけてみたり、かけっこをしたりと体を動かして楽しんでいきますよ～♪ また、行進の練習もがんばっています。お家の方々の前でがんばる姿が見られると思います。

ハプニングもあるかもしれませんが、保護者の方々も一緒に楽しく参加していただき、その中で子どもたちの成長を喜び合えたら嬉しいです。



おねがい

* 今月のスポーツ教室は、22日(木)の予定です。体操服を着て、9時までの登園をおねがいします。

* 着替えの時に「服がない」と時々、あわてることがあります。汚れた服をもって帰ったら、補充の着替えをカバンに入れてもたせてもらえると助かります。



オクラをとったよ～☆



きりんぐみだより

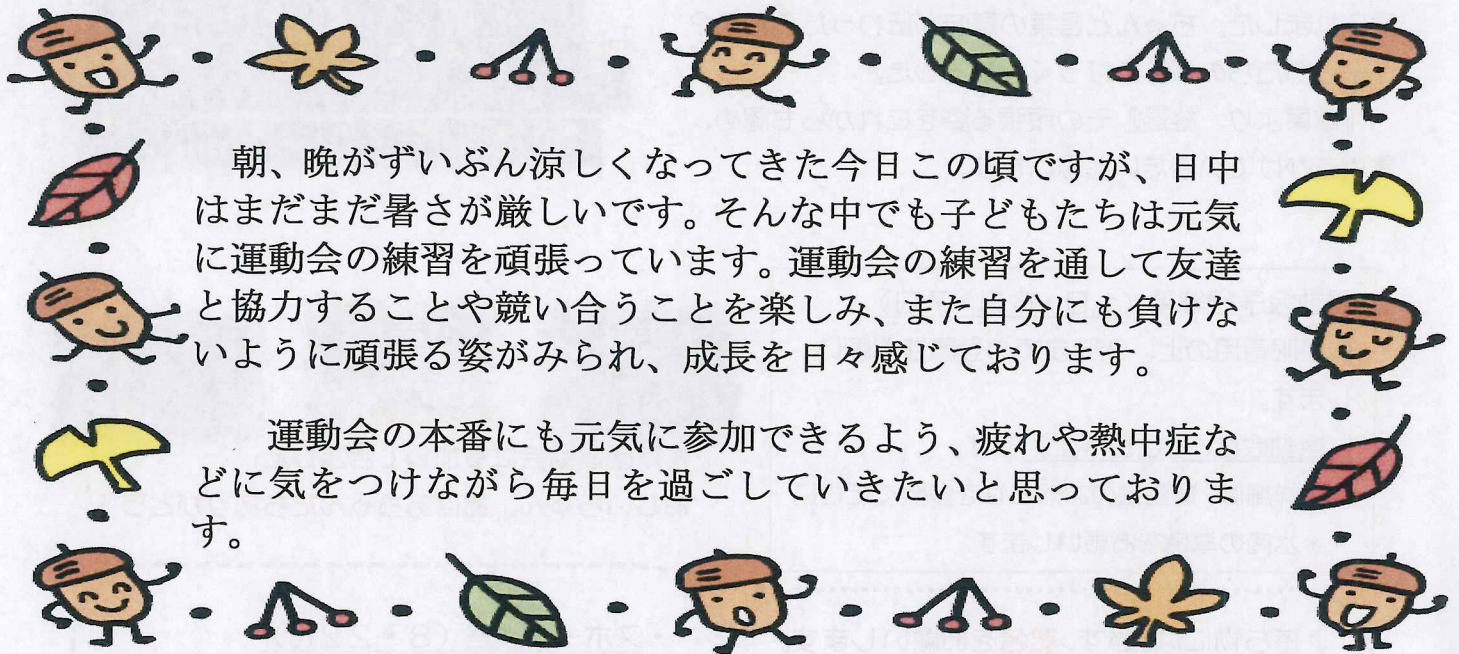


保育目標

- 身近な自然にふれたり、自然物を取り入れて遊ぶ中で、秋の自然に興味や関心を持つ。
- 保育者や友だちと一緒に、ルールのある遊びや運動遊びを十分に楽しむ。



子どもの姿



朝、晩がずいぶん涼しくなってきた今日この頃ですが、日中はまだまだ暑さが厳しいです。そんな中でも子どもたちは元気に運動会の練習を頑張っています。運動会の練習を通して友達と協力することや競い合うことを楽しみ、また自分にも負けなように頑張る姿がみられ、成長を日々感じております。

運動会の本番にも元気に参加できるよう、疲れや熱中症などに気をつけながら毎日を過ごしていきたいと思っております。

お誕生日おめでとう

お知らせとお願い



- 運動会及び予行練習の際に熱中症予防のため水筒を持たせて下さい。
- 履き慣れた靴での登園をお願い致します。



ぞうぐみだより



今月の目標



- ★自分の健康に関心を持ち、健康で安全な生活を送るための生活習慣を身に着ける。
- ★運動会に意欲的に参加し、友だちと一緒に達成感や充実感を味わう。



運動会に向けて、練習を日々頑張っている子どもたち。友だちと一緒に！と頑張る姿。友だちに負けられないように！とはりきる姿。友だちに勝てたよ、と喜ぶ姿、今日は負けてしまったと悔しがる姿。どの姿も頑張っていることに変わりはありません。どのがんばりも認め、褒めてあげたいと思っています。

先日、折り紙で「うさぎ」をつくりました。途中で難しいからとあきらめてしまったり、お友だちに代わりに折ってと頼んだりしてしまう姿が見られました。そこで、「完成する事が大切ではなく、どうやって完成させたのか」、ということが大事なんだよ、ということをお話しました。すると、教える方のお友達は、自分で折り上げたものを一度崩して教えてあげようとし、あきらめていたお友だちは自分で最後まで頑張ろうとお友だちに頼むことをやめて、取り組もうとする姿が見られました。ちゃんと言葉の意味が伝わったのかな？と子どもたちの様子にびっくりしました。

『結果より、経過』その頑張る姿をこれからも認め、言葉をかけていきたいと思っています。



運動会予行練習（1日・6日・7日）

体操服着用の上、9時までの登園をお願いします。

運動会は、10日（土）です。

- * 詳細は、運動会のお知らせを参照ください
- * 水筒の準備をお願いします



寿幸園運動会に参加してきました

おじいちゃん、おばあちゃんたちありがとう！

♪ 持ち物には、必ず、**記名**をお願いします。

♪ 2日…内科検診（15：00～）

♪ 29日…歯科検診（12：00～）

があります。

♪ 15日…おでかけ保育

（フェニックス自然動物園）

* 詳細は別紙にて。

• スポーツ教室（8・22日）

体操服着用の上、9時までの登園をお願いします。

• 音楽教室（21日）

• 英語教室（28日）

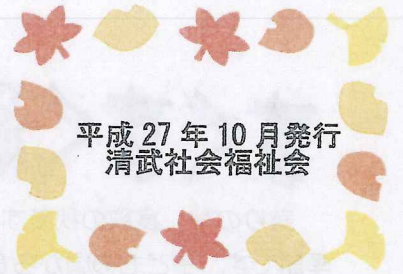
（9時までの登園をお願いします。）

ご協力をお願いします。





げんきだより



平成27年10月発行
清武社会福祉会

スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。
子どもの体力もぐんと伸びる時期。
楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんでいきましょう。

10月10日は 目の愛護デー



生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ころと言われます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることは難しいこと。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

こんなときは心配です



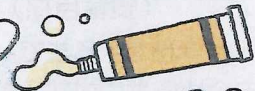
- 目を細めて見る ● 片目で見ると
- 顔を傾けて見る ● まぶしがると
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている

秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たっぶり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。



② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではこしこしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。



インフルエンザ対策はお早めに



インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために



- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぶりの睡眠も大切！



RSウイルス感染症に注意！

RSウイルス感染症にかかると激しい咳が出て呼吸が苦しくなります。年齢が低いほど重症化しやすく、気管支炎や肺炎などの合併症をおこしやすくなるので、「風邪かな？」と感じたら念のために病院を受診しましょう。



来春1年生になるお子さんへ

小学校に入学する前に、MR（麻疹風疹混合）ワクチンの2回目を接種することになっています。まだ接種の済んでないお子さんは、かかりつけの医院などで接種しましょう。体調が悪いと接種できない場合があります。

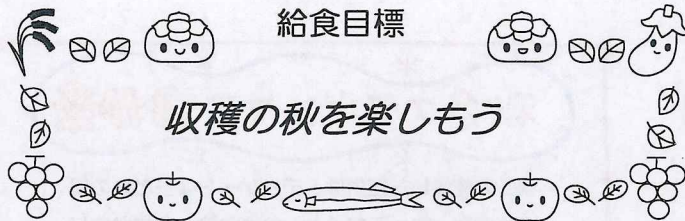
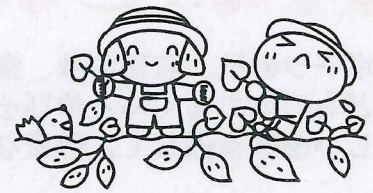


すくすく通信10月号

平成27年10月
宮崎市子ども課認可指導係

実りの秋、食欲の秋です。一年中で一番食べ物のおいしい季節です。子どもの頃から食べ物の旬を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要なことです。

毎日の食卓に旬の食材をとり入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね。



給食目標

（食育目標）安全・安心クッキング！

「給食ができるまで」の様子や献立の配慮を伝え、食の安全や衛生に対する心構えを呼びかける。

家庭や子どもに向け、生活環境についての衛生的な基礎知識を提供し、安全でおいしく食べるための意識を促す。

【伝え方】

- 食材や食品の選び方、保存・管理方法を知らせる。
- 冷蔵庫や調理器具など上手な使い方などを伝える。

♪やってみよう わかるかな？食事のお約束♪

みんなと「気持ち良く、楽しく」食べるための「お約束」とは、どんなことでしょう。

☆ 食器を並べましょう

お茶碗は（ ① ）お椀は（ ② ）に並べるよ。

☆ 食事のあいさつをしましょう

食べる前は…？（ ③ ）

食べ終わったら…？（ ④ ）



【答】①ひだり ②みぎ ③いただきます ④ごちそうさまでした

原材料、製品等の納品時保存温度に気をつけましょう。



食肉・食肉製品…10℃以下
生鮮魚介類…5℃以下
牛乳・生クリーム…10℃以下
チーズ・バター…15℃以下

☆ 食事のルールの伝え方 ☆

- ①家族と一緒に食事をする
団らんして、「心の安定」を図ります。
- ②食事のときにテレビは消す
子どもが「食事に集中」できる環境を整えます。
- ③大人が見本を見せる
よく噛んで食べます。何でも楽しく食べましょう。



（内容配慮）

- 一人一人の子どもの安定した生活リズムを大切にしながら、心と体の発達を促すようにする。
- 運動量が増えるので、栄養と休養を十分とる。
- 食欲の盛んになる機会を捉えて、偏食をなくすように配慮する。食べ物と体に関心や興味を持たせ、健康のために食事や運動が大切なことに気づかせる。
- 実りの秋を迎え、食べ物本来の味を知らせる。

栄養素たっぷりのキノコ

秋の食材に欠かせないキノコ。食物繊維・ビタミンD・ミネラルなどを豊富に含んでおり、香りが良く、どんな料理にも合う優れたものです。キノコを食べることで、便通も良くなります。また、キノコはカリウムが多いため、塩分の過剰摂取を抑制するともいわれます。

- シイタケ・マイタケ⇒免疫力をサポート
- エリンギ⇒食物繊維・ナイアシンが特に豊富。歯ざわり抜群！
- エノキタケ⇒精神安定に効果的な天然アミノ酸のギャバが豊富

☆おすすめきのこ料理☆
ホイル焼き、油炒め、汁物 等

今月のメニュー

揚げ魚とさつま芋のベジタブル煮・
お芋ちゃん・柿入り酢の物

☆さつま芋☆でんぷんを分解して還元糖にするβアミラーゼの作用が強く、貯蔵中にも糖分が増加する。このアミラーゼは調理中にも働き、内部温度が65℃くらいまで甘味が増加するため、徐々に加熱する調理法だと甘みが増す。