



# たいようっこだより

平成28年10月1日 北今泉保育園

園庭の木の葉も少しずつ色づきはじめ、過ごしやすい季節になりました。気持ちのいい秋空の下、とんぼやバッタを追いかけて園庭を走り回る子どもたちの元気な声が響いています。日差しはまだ少し強いのですが、季候のよいこの時期に元気いっぱい体を動かしたり、身近な自然と触れ合うなど秋を満喫したいと思います。

## 行事予定

1日	土	運動会
3日	月	安全点検・園内整備
4日	火	体育遊び(年長・年中)・身体計測
5日	水	避難訓練(火災)・身体計測
7日	金	秋を楽しむ会(年長)
12日	水	歯科検診(12:00~)
13日	木	英語遊び
14日	金	誕生会・エコ保育
17日	月	安全点検・園内整備
18日	火	体育遊び(年長・年少)
20日	木	おでかけ保育・交通指導
24日	月	音楽遊び
26日	水	ぎょう虫検査提出日
28日	金	不審者対応訓練
30日	月	ハロウィンパーティー



## おたんじょうびおめでとう



なかもと しゅんさん (1さい)



きむら かいとさん (1さい)



こんの れいさん (2さい)

おやまだ とあさん (2さい)

かわぐち りゅうあさん (3さい)



## お礼

9月28日(水)の奉仕作業にお忙しい中ご協力いただきありがとうございました。



- 12日(水)は歯科検診(12:00~)を予定しています。  
できるだけお休みしないようにしましょう。
- 登降園時のチェック表の記入につきましては、送迎された保護者の方が必ず記入されますようお願いいたします。
- お迎えの時に、安全面からも園庭で遊ばずに、まっすぐ帰ることを子どもたちとも約束していますのでよろしくお願いいたします。

# 食育だより



## 朝ごはんを食べよう!

- \* 朝食は一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。
- \* 朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量が多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!



## みるくっこ

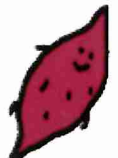
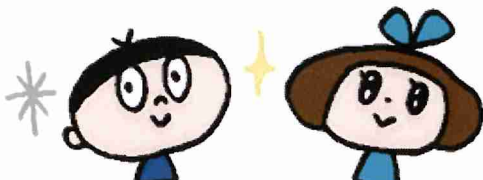


## 目に良い食べ物は?



10月10日は目の愛護デー。目の健康のために良い食べ物を食事にとり入れて、目を大切に! 目に良いビタミンのほか、魚に含まれるDHAやブルーベリーのアントシアニンも目の健康に効果的です。

- ビタミンA** 目の乾燥を防ぎ、働きを良くする(緑黄色野菜・レバー・バター)
- ビタミンB1** 目の神経の働きを正常にする(レバー・豚肉・ウナギ・麦)
- ビタミンC** 目の充血を防ぐ(緑黄色野菜・果物・サツマイモ)



9月23日のおやつのみるくっこです。

ご家庭でも作ってみてください。

《材料》 一人分

- ①牛乳・・・60cc 砂糖10g  
片栗粉・・・10g

- ②きな粉・・・5g 砂糖2g・塩少々

《作り方》

○②の材料を混ぜておきます。

○①の材料を鍋にいれて、弱火にかけて、木べらでゆっくり練ります。

○固くなってきたら、火を止め冷めます。

○形を整えて器に盛り、混ぜ合わせたきな粉を



# げんきだより



平成 28 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日は目の愛護デーです

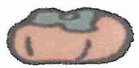
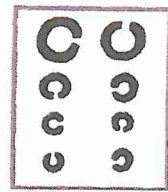
10月10日は目の日です。目によいとされている食べ物を紹介します。

☆目に良い栄養 ABC☆

ビタミンA→目の粘膜を強くする  
(にんじん・ほうれんそう・かぼちゃなどの緑黄色野菜)

ビタミンB群→目の神経の働きを助ける  
(B<sub>1</sub> 豚肉・サバ・玄米・レンコン B<sub>2</sub> レバー・納豆・卵・のり)

ビタミンC→目の健康を保つ  
(柿・小松菜・ブロッコリー・じゃがいも・さつまいも・大根)



## 麻疹ってどんな病気？

- 全国で麻疹の患者が増えています。
- 麻疹の感染力はウイルスの中で最も強く、麻疹を発症している人と**同じ部屋にいた**だけで感染することがあります。
- 10～12 日間の潜伏期間を経て高熱、咳、鼻水が数日間持続し口の中に小さな白い発疹ができます。熱は一度下がりますが再び上昇しその後、体じゅうに赤い発疹ができます。
- 麻疹で怖いのは、肺炎や脳炎などの合併症を起こすことと、治療法がないということです。
- 予防には、予防接種が有効です。受けていればほとんど感染防げるといわれています。
- 効果を確実にするためには2回の接種が必要です。



## 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。



## 感染症情報

手足口病、RSウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎の報告が多くみられます。マイコプラズマ肺炎は、最初かぜと似た症状が現れ、咳が1ヶ月くらいしつこく続くのが特徴です。マイコプラズマには治療薬があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は、受診するようにしましょう。潜伏期間が2～3週間と長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので消毒薬を使用することで予防ができます。咳で感染が広がるため、手洗いうがいなどもこまめに行いましょう。



# うさぎぐみだより

## 保育目標

- 戸外に出て秋の自然に触れ、体を動かして遊ぶ気持ちよさを味わう
- 気温差に気をつけ、健康で快適に過ごせるようにする



### 【最近のこどもたちは…】

歩けるようになった子どもたちは、楽しそうに部屋中を歩き回り楽しんでいます。出入り口の戸が開くと、さっと外へ出て行こうとします。後ろを振り向いて、「にっ」と笑って出ていく姿がかわいいです。私たちの話を聞いてオムツを持ってくるなど、いろいろなことを理解するようになってきました。ハイハイの子どもたちもスピードが早くなり、同じように戸が開くと、さっと出て行くようになりました。名前を呼ばれると手をあげたり、手をたたいたり、かわいい仕草を見せてくれます。

今月は秋の自然に触れながら、外での遊びを楽しみたいと思います。



10月1日(土)は、運動会です。  
うさぎ組さんは遊戯と、親子団技に出ます。子どもたちに応援  
よろしく  
お願いします。



### おねがい！

- ・今月から午睡用の敷布団・バスタオル二枚の用意をお願いします。
- ・朝夕と日中の気温差が大きい時期ですので、調整のしやすい衣服の用意をお願いします。はっきりと名前の記入をお願いします。

# ぱんだぐみだより

本格的な秋の訪れに、外遊びを楽しんでいる子どもたち。  
 昼夕の気温差がある季節でもあるので、健康面には十分に気をつけて  
 秋を感じながら、たくさん体を動かしていきたいと思えます。



## 保育目標

- ◎気温や一人ひとりの体調に留意し、健康的に過ごせるようにする。
- ◎保育者や友だちと一緒に秋の自然に触れ、戸外遊びを十分楽しむ。

## 子どもの姿



靴の脱ぎ履きを頑張っているぱんだぐみさん！！「先生、こう～？」などと、靴の向きを確認したり  
 マジックテープでとめるときには、「ぺったんこ～」と声に出しています。  
 履くことができたなら「はけた～！！」と喜んでいる子どもたちです。



### おねがい

★10月から、布団の準備を  
 お願いします。

- ・敷布団
- ・バスタオル2枚



運動会の練習  
 みんなよくがんばりました！





# きいんぐみだよ!



## 保育目標

- ◎ 一人ひとりの思いを受け止め、意欲的に活動できるようにする。
- ◎ 友だちや異年齢児とかかわりを深めながら秋の自然に親しみ、一緒に遊ぶことを楽しむ。



もうすぐ運動会♪子供たちはかけっこの練習や体操の練習に楽しみながら参加しています。遊戯では、子どもたちの大好きなジュウオウジャーの曲が流れると、得意げに体を動かしていろんな動物になりきって表現を楽しんでいます。

また、自分の意思や思いを上手に伝えられるようになり、友達との関わりややりとりを楽しみながら遊びを楽しむ姿もよく見られ、園庭の新しいお家では、お店やさんごっこやママごとなど子どもたちの微笑ましいやりとりがよくみられます。

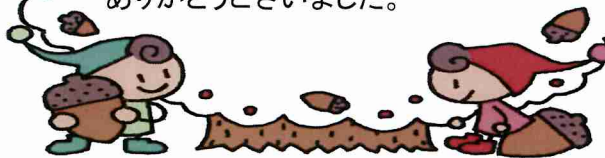


へん しん!



## お願い

- ☆ 敷布団の準備をお願いします。  
敷布団・バスタオル2枚を持たせて下さい。
- ☆ ビーチバック・汗ふきタオルの準備  
ありがとうございました。



## 絵本の紹介

9月の絵本は「カレーライスのうた」の絵本でした。歌を歌いながら、材料を入れたり、パクパク食べたり楽しみながら読んで、子どもたちのお気に入りの絵本です。

今度の運動会では、この絵本を元に親子競技でカレーライス作りを楽しみたいとおもいます♪



おいしい カレーが  
できるかな♪





## 保育目標

- \* 友だちや保育士と一緒に、秋の自然に触れて遊ぶ。
- \* 健康で安全な生活を送れるように生活習慣を身につけれるようにする。

## 子どもの姿

子どもたちは、「今日外にでらんと？」と毎日聞いてきて、「行くよ～」と言うと嬉しそうに準備をしています。戸外で運動会の練習をしたり、新しいお家でみんなでままごとをして楽しんでいます。

運動会の練習では、ポンポンを持ってニコニコ笑顔で踊ったり、かけっこやリレーなども最後まで頑張って走り「やったー」と言って喜ぶ子どもたちです。

また、給食の準備を始めると子どもたちは「今日のご飯なんやろねえ～」と友だち同士で会話を楽しみ毎日残さずにたくさん食べてくれています。



☆10月から、布団の準備をお願いします。

- ・敷布団
- ・バスタオル2枚

☆10月からは、ビーチバック使いません。  
準備していただきありがとうございました。



## 体育遊び楽しいよ～

マット・跳び箱・平均台をしています。前回りや跳び箱に乗ってジャンプしてできると「できたー」と大喜びの子どもたちです。





# ぞうぐみだより



## 保育目標

- 運動会に向けて友だちや保育士と一緒に、体を動かして意欲的に楽しむ。
- 一人ひとりの気持ちを受けとめて、自分の思いを伝えたり相手の気持ちがわかるようにする。

## 子どもの姿

・運動会の練習を楽しみにしている子ども達です。「今日練習は？」と聞いてきたり、自分達で「頑張るぞー」と言ったりして盛り上がっていました。かけっこ、体操、お遊戯など楽しんで練習に参加していました。かけっこの並び方などもすぐに覚え、スムーズに並べる事ができました。運動会当日も頑張ってくれと思いますので応援よろしくお願いします。

・戶外遊びでは、新しいハウスで枝や葉っぱ、砂などを使ってごっこ遊びをしたりして楽しんでいました。またコオロギやバッタなど虫取りも楽しんでいました。



## 年長児、秋を楽しむ会

年長さんで、友だちや保育士と一緒にカレーを作ったり、ゲームをして楽しい時間を過ごしたいと思います。

日時 10月7日(金)  
16:00~19:00

準備するもの

・エプロン ・三角巾 ・マスク  
爪のチェックをお願いします。

## ◎おねがい◎

- \* 10月から、布団の準備をお願いします。
  - ・敷布団
  - ・バスタオル2枚
- ・今月よりビーチバックは使用しませんので着替えは1組バックに入れて持ってきて下さい。
- \* 10月20日(木)、年長さんはおでかけ保育で「動物園」に行きます。持ってくる物など後日お知らせします。

