

9月 ねんしょうだより



岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

日中はまだまだ暑さを感じますが、日が傾くと爽やかな風が吹き抜けます。子どもたちは汗をたくさんかきながらも、元気いっぱいに遊んだり、活動にも取り組んでいます。たくさん動いて、いっぱい食べて、子どもたちが大きく成長できる季節です。中には、夏の疲れから体調を崩す子もいます。健康管理に十分気を付け、体を動かしながら元気に過ごしていきたいと思います。プールあそびやお昼寝の経験から、洋服をたたんだり、服の前後・裏表に気を付けて着れるなど、いろいろなことが自分でできるようになり、体も心も大きく成長しています。一日一日と成長していく子どもたちと楽しく生活していきたいと思います。

ねらい

- ☆夏の疲れを癒し、活動と休息のバランスを考えながら快適に過ごせるようにする
- ☆生活の仕方が次第に分かり、身のまわりのことを自分でしようとする
- ☆簡単な約束を守りながら、戸外でさまざまな遊びを楽しむ
- ☆身近な自然に触れて遊ぶことを楽しむ



今月の予定



- | | | | |
|--------|------------------|--------|----------|
| 2日(火) | すくすく親子教室
発育測定 | 15日(月) | 敬老の日 |
| 6日(土) | 園内外消毒 | 16日(火) | すくすく親子教室 |
| 8日(月) | 誕生児写真撮影 | 17日(水) | 誕生会 |
| 9日(火) | すくすく親子教室 | 20日(土) | 園内外消毒 |
| 12日(金) | 避難訓練 | 23日(火) | 秋分の日 |
| 13日(土) | 園内外消毒 | 24日(水) | 本堂参拝 |
| | | 27日(土) | 園内外消毒 |

9月1日防災の日

いざというときに備え、地震が起きたときの行動を、子どもとシミュレーションしておきましょう。

① 身の安全の確保

…机やクッションなどで頭を守る。



② 揺れがおさまったら、火を消す

…コンロやストーブなどを消し、元栓を閉める。

③ 慌てて外へ出ない

…ドアを開け、出口を確保。地震情報を確認。

④ 必要なら避難をする

…電気のブレーカーを落としておく。

※また、避難場所の確認や家族で緊急時の連絡方法、集合場所などを決めておく事も必要ですね。



敬老の日



9月の第3月曜日は「敬老の日」で今年は9月15日です。「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」日と定められています。おじいちゃんやおばあちゃんへ、日ごろの感謝を伝え、プレゼントを贈ったり、いっしょにあそんだりして過ごしましょう。

まだまだ汗をかく季節です

暑い日がまだまだ続いています。あそびや活動の後、汗をいっぱいかいたら、着替えをしたいと思います。着替えを持ち帰った時は、次の日に新しい着替えを持たせてください。

また、水分補給ができるよう水筒も忘れず持たせてください。

子どもの食べる意欲を育てよう

- ① 食事は1日3回とおやつが基本。
おやつをだらだら食べると、食事の時に食欲が出ず、肥満につながることも。時間を決めて食べましょう。
- ② 手作りの良さを見直しましょう。
調理する様子を見せたり、良い匂いを一緒にかいだりして、五感から食欲を刺激します。
- ③ 体をたくさん動かしてあそぶことは大切です、心地よい食欲が生まれます。

子どもの健康に欠かせない

アミノ酸

アミノ酸は、たんぱく質を構成する最小サイズの成分です。人の体内でたんぱく質になるアミノ酸は20種類ほど。その中でも体内で十分にたんぱく質に合成されない9種類は必須アミノ酸といわれ、食事からとる必要があります。必須アミノ酸は肉や魚、卵、大豆製品にバランスよく含まれ、脳や神経の働きや筋肉の成長を助けます。また、納豆やみそなどの発酵食品にも多いので、いろいろ組み合わせ毎日の献立に取り入れてみてはいかがでしょうか。

子どもの姿



暑い日が続く中、プールあそびでは水をかけ合ったりワニ泳ぎをして元気にあそび、「先生、見てて!」と水に顔をつけ、「すごい?!」と得意気に話す姿が見られました。顔に水がかかるのが苦手だった子も、おもちゃを介して水に触れたり、プールの中で浮くボールを取ってみたい、水あそびを思う存分楽しんでいました。「〇〇君すごいね」「〇〇ちゃん上手だね」とほめると「ぼくも」「わたしも」という気持ちになってくれる子どもたちの姿をうれしく思います。心も体もたくましくなり、パワーアップした子どもたちと、さらにあそびや活動を楽しんでいきたいと思ひます。