

9月 ねんちゅうだより



岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

まだまだ日中は厳しい暑さが続いていますが、日が落ちてからは少しづつ涼しさを感じられる季節になりました。先月はプール遊びでビート板、シャボン玉、水鉄砲などで夏の遊びを思いきり楽しみ、楽しかったことやできるようになって嬉しかったことを伝えあっている子どもたちです。

これからは運動会に向かって様々な運動遊びを保育士や友だちと一緒に、体を動かすことの心地よさを感じながら楽しみたいと思います。生活のリズムが変わることで体調が崩れやすい時期でもありますので、一人一人の体調に気を配りながら健康に過ごしたいと思います。

ねらい

- ◎活動と休息のバランスに配慮し、健康で快適な生活ができるようにする
- ◎一人一人の意欲を大切にし、自分でできることへの自信がもてるようにする
- ◎友達と様々な遊具や用具を使い、体を動かして遊びを楽しむ
- ◎身近な自然に触れて遊ぶ中で、夏から秋への自然の変化に気づき、興味や関心をもつ

今月の予定

- | | | |
|--|-----------------------------------|---------------|
| 1日(火) すくすく親子教室
第2回保護者会
役員委員会(zoom) | 8日(火) English Lesson
すくすく親子教室 | 17日(木) 体育あそび |
| 3日(木) 体育あそび | 10日(木) 体育あそび | 18日(金) リズムあそび |
| 4日(金) 発育測定 | 11日(金) 避難訓練 | 19日(土) 園内外消毒 |
| 5日(土) 園内外消毒 | 12日(土) 園内外消毒 | 21日(月) 敬老の日 |
| 7日(月) リズムあそび
誕生児写真撮影 | 15日(火) English Lesson
すくすく親子教室 | 22日(火) 国民の休日 |
| | 16日(水) 誕生会 | 23日(水) 秋分の日 |
| | | 24日(木) 体育あそび |
| | | 26日(土) 園内外消毒 |
| | | 30日(水) 本堂参拝 |

★おねがい★

◇汗拭きタオルは引き続き使用します。
週始めに必ず持たせてください。

◇汗をかいたら、着替えを行います。持ち帰った翌日にはまた着替えを持たせてください。

◇運動会に向けての活動が始まります。
活動しやすい服装でお願いします。
スカートやワンピースは、走ったり体を動かす際に動きにくかったり、転倒などのけがにつながる可能性があります。
子どもたちが安全に楽しく練習に取り組めるよう、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

食材を五感で感じよう



秋といえば「食欲の秋」！！

親子で一緒に食材に触れる機会を作りましょう。例えば、泥がついたじゃがいも。洗う前、表面はぼこぼこを感じます。しかし皮を剥くとつるつとした手触りになり、白いでんぷんが出てきます。鍋に入れて煮るとよい香りがしてほっくりとした食感に大変身！

このように、たった一つの食材でも子どもたちは実際に体感することで、食べ物がよりおいしく感じられるでしょう。家庭でもいろいろな食材に触れ、五感で感じる体験をしてみましょう。

●「旬」について●

旬とはそれぞれに一番おいしく、栄養価が高くなる時期のことをいいます。最近ではどんな食材でも一年中食べられるようになりましたが、旬の時期に食べるからこそ本来の美味しさが味わえて、四季の違いを楽しむことができるのです♪一番おいしい時期だからこそ好き嫌いをなくす機会にも◎きのこや芋類をはじめ、旬の食材を楽しみましょう♪

9月1日は防災の日！！



この日は災害が起きた時、自分の命を守るために何ができるかを学ぶとともに命の大切さについて考える日ではないかと思えます。

ご家庭でも、もしもの時のために地域の避難場所や緊急時の連絡方法などを確認しておきましょう。また、ご家庭で気軽に購入できる防災セット、飲料水など、災害時に必要な物を備えておいたり揃える場合、保存食や水の保存期間、懐中電灯の電池など、改めて点検してみましょう。

水分補給の落とし穴☹

日中はまだまだ残暑が厳しい日が続きます。水分補給は大切ですが、糖分の多い飲み物はとりすぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースはもちろんのこと、スポーツドリンクにも糖分の高いものがあります。気をつけて水分補給に心がけましょう。

足にあった靴を！！

9月に入り、運動する機会が増えてきます。小さくなった靴では、足の指が自由に動かせず、足の発育を妨げます。すぐ大きくなるからと大きめサイズにすると、脱げて転倒したり、靴が脱げないよう余計な力が入って筋肉を痛めたりするなどトラブルの元。つま先に5～6mm程のゆとりがある物をお勧めします。

<靴の選び方>

- ◇つま先にゆとりがあり、指先が動かせる
 - ◇横幅、甲の高さが足に合っている
 - ◇かかとの部分がしっかりしている
- お子さんが一人で履きやすいかどうかにも確認してみてくださいね！



お月見



秋は月がとってもきれいで、お月見をするのに一番よい季節です。「十五夜」には秋の収穫に感謝する意味もあります。芋、お団子、ススキをお供えします。お団子は満月の形、ススキは魔除けを意味しています。

ご家庭でもきれいなお月様を見てくださいね♪

子どもの姿



先月は暑さが続きましたが、大好きなプール遊びを思い切り楽しむ姿が見られました。保育士と一緒に水をかけあったり、ワニ歩きをしたりすることが上手になり、水が苦手だった子どもも少しずつ顔を水につけてみたりして挑戦することができました。さらに、ビート板やロープを使った“浮く”というプール遊びならではの体験も楽しめました。

これから運動会に向けていろいろな運動遊びに挑戦します。友達と一緒に、体を十分に動かして、遊ぶ楽しさや協力して作り上げる満足感を味わえるよう、保育士も一緒に取り組んでいきたいと思っています。