



## 園長コーナー

先日の2歳・幼児親子遠足は、お忙しい中、子どもたちと共に過ごしていただき、ありがとうございました。アンケートでの感想等をもとにまた来年度に反映していきたいと思えます。

さて、中秋の名月9月19日の月をご覧になりましたか？あまりきれいな立派な月に見惚れてしまいました。

何人かのお友達もテラスで綺麗な月を見ることができました。

季節の移り変わりを一番感じられる「秋」がやってきました。園庭のどんぐりも3年目にしてやっと大きな実をつけてくれました。普通のどんぐりよりちょっと長い実です（マテバシイといいます）

また、暑い夏、立派に育ったひまわりでしたが、「先生、ヒマワリが、しょんぼりしているよ…」と頭を垂れたひまわりをみつめて教えてくれたり、必死で種をほじってとりだしていたり…。皆でよく頑張ってくれたね～と声をかけました。

幼児さんが一所懸命探していた「よつばのクローバー」もそろそろ小さくなってきました。そのかわりにさつまいもはどんどん大きくなり、プランターのラッカセイももうすぐ収穫を迎えます。

こうして園庭の木々の葉も色づき始めて、みどりから赤や黄色に変わりつつあります。

次は何のお花を植えるの？ イチゴがいいな～。ピンクは何する？と今、本を見て検討中です。

保育園の方針で『のびのびとした環境の中で豊かな感性を育てる』とうたっています。保育園の敷地の中でいろんな自然の移り変わりや発見をみつけていろいろな思いを感じ、自分の言葉で表せるよう導いていきたいと思えます。

そして、皆さんに毎日声をかけてもらっていた「かえるさん」もそろそろ冬眠の準備をしていきたいと思えます。子どもたちと「命の話」をしながら進めていきたいと思っています。

また、もうすぐ運動発表会です。だいちゃんを中心に今年もいろんな運動遊びに取り組んできています。

サーキット遊びだけではなく、みんなで力を合わせて取り組むものや、自分の力を出し切るものなどを保護者の方々に見ていただけるよう企画しています。かえで保育園の運動発表会は公園を借りたり、その日のために出し物を練習したりはしません。

なぜ公園を借りないのかは、「日ごろの生活の延長で自分のできることを発揮する。」「乳児は慣れた場所で過ごす」ということを目的としています。日頃の様子をいつもと同じように披露できるように計画しています。狭い園庭に大勢きてくださることでしょうが、譲り合って観覧してください。

どうぞ、お楽しみに！



## ○先生のつぶやき○

厳しい暑さもすっかり和らぎ、秋を体で感じられるようになりました。

園庭では、とんぼが気持ちよさそうに飛んでいたり松の木に実った松ぼっくりを子ども達と一緒に眺めたりと楽しく過ごしています。

10月といいますが私は運動会を思い出します。私は人前に立って何かをするということが大変苦手な子どもでした。今も得意ではありませんが……。その思いは高学年になっても変わらず、けれど中学生になる前に大きな思い出を作りたい！変わりたい！という思いで副応援団長に立候補しました。練習で立候補したことを後悔した時もありましたが、運動会当日には一番大きな声で言うことができました。終わった後にももらった拍手がとても嬉しくそれが自信になったのを今でもハッキリと覚えています。

かえで保育園で先生になり人前で話しをする機会が多くなりました。やはり緊張しますが一所懸命話を聞いてくれる子ども達・暖かい眼差しで見守ってくださる保護者の方々のおかげで乗り越えていくことができました。運動発表会では、ドキドキしながら大勢の方の前に立ちがばっている子ども達が楽しめるよう精一杯応援・サポートしたいと思います。 筒井 若菜



## ○行事予定○

日	曜日	予定
1	火	音楽指導
2	水	
3	木	体育あそび
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	運動発表会予行①
8	火	
9	水	
10	木	体育遊び
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	体育の日
15	火	
16	水	
17	木	体育遊び
18	金	運動発表会予行②
19	土	運動発表会
20	日	
21	月	月例健診
22	火	誕生会・耳鼻科健診・絵画指導
23	水	巡回指導
24	木	体育遊び
25	金	
26	土	
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	絵画指導
31	木	体育遊び・ハロウィン

- 10月19日は運動発表会です。ぜひみなさんで子どもたちの頑張っている姿を見に来てください。※7日と18日は運動発表会の予行練習があります。
- 22日に耳鼻科健診があります。それまでに、聴力検査も行いますので、耳掃除もよろしくお願いします。

## ～環境コーナー～

7月に植えたぶどうの苗がすくすくと大きくなっています。もうすぐ上まで届きそうです。



おじろうさんも見守ってくれています。



## ～保健だより～

暑い夏も終わりに近づき、肌寒い日が多くなってきました。ひんやりした風も吹いてきていますので、お子さんのロッカーの服の衣替え、うす手の羽織るものをご準備、お願いします

## ～お台所から～

朝・夕はすこし肌寒いくらいの風がふき、とても過ごしやすくなってきました！

そろそろ夏の疲れが出始める時期ですが、子どもたちはそんなこともお構いなしに元気よく遊び回っています！！  
また、食欲もますます増えてきて、食事の量を増やしても「せんせ～おかわりい～！！」の声が増え私たちは「足りるかな？大丈夫かな？」と嬉しいドキドキを味わっています（笑）

そんな、子どもたちが毎日食べている食事は栄養面や食べる量はもちろんですが、私たち栄養士・調理師の“こだわり”を少しだけですが取り入れて提供させていただいています。

まず1つ目は『使用する食材の数』です。

1つの料理から一度にたくさんの食材が食べられるよう、その料理にあいそうな食材をできるだけ使用するようになっています。例えば肉団子の中に、鶏ミンチ・玉ねぎだけでなく、ひじきやれんこんなどを入れ食感なども楽しめるように工夫したり、汁物にも3種類から4種類の食材を取り入れるようになっています。

そして2つ目は『色どり』です。

色の濃い野菜を1種類だけでも取り入れることにより、食事の見た目は全く違ってきます。

8月の園だよりでもお話をさせていただきましたが、野菜の“色”にも私たちの身体は守ってもらっています。例えば白菜のおかか和えですが、白菜だけでなく色の濃い小松菜を入れ見た目にもこだわりました。

その他に、ひじきや切り干し大根などの乾物を多く取り入れたりごぼうなどの根菜を間入れ“噛む”ということも意識しています。

また、だしを濃いめにとり調味料の量を少なくするように心がけています。

まだまだ、こどもたちに食べてもらいたい料理がや食材がたくさんあります！私たちも、もっと栄養や料理の勉強をして子どもの身体も心も、もっともっと元気になれるような食事やおやつを提供できるように頑張ります！！

原 夕貴



きりとり線

※このレシピは切り取って、お使いください。

人気メニュー紹介



☆おすすめ簡単レシピ☆

白菜（小松菜入り）のおかか和え

〈材料〉白菜・小松菜・もやし・かつお節・しょうゆ・砂糖

〈作り方〉

- ①白菜・小松菜を3cm幅に切る
- ②たっぷりのお湯で白菜と小松菜をゆがき、冷水にとり水気を絞る
- ③しっかり水気をきった2にしょう油・砂糖を合わせかつお節を和える。

白菜や小松菜は今の時期から冬にかけて旬を迎える食材です。

普段よくほうれん草を使用すると思いますが、ほうれん草よりアクが少なく用途的には同じように使えるし鉄分の含有量は小松菜の方が多いです！！

是非、ご自宅のメニューにも取り入れてみてください！！



めばえ

今月のねらい「好きな玩具をじっくりと楽しむ」今月のわらべうた「おふねがぎっちらこ」

「お外に行こうか」帽子を準備すると、自分の帽子を探したり、お友だちに渡してあげる姿もあります。お昼はまだまだ暑い日が続きましたが、園庭では藤棚の陰で砂遊びに夢中になったり、芝生の上で涼んだり寝転がったり…園庭の芝生や砂の感触にも慣れ、それぞれが楽しみを見つけています。ふたば組で過ごしている時にもままごとコーナーで楽しむ姿があったので、めばえ組にも皿や貝材、スプーンなどを用意しました。上手にスプーンで貝材をすくうと、落とさないようにそっと皿に移し替える瞬間はすごい集中力です！小さなお友だちも、ポウルの中のチェーンを手でかき混ぜたり、もぐもぐと口を動かして食べるまねっこをしています。



ふたば



今月のねらい「体をたくさん動かして遊ぶ」

今月の歌・「どんぐりころころ」 わらべうた「・おやゆびねむれ」

「先生、階段作って！」「ジャンプするから見てて〜」毎日のお部屋でのミニサーキットでどンドン身のこなしが上手になってきた子ども達、春には危なげだった足どりでの外の階段登りも、今ではしっかりしていて、滑り台の下で見守っていられるようになりました。8月末から始めた少人数での園1周のお散歩も子ども達にとっても好評で、お友達としっかりと手をつないで「気持ちいいね」「お花きれいだね」の子ども同士の会話と優しい表情に私たちの方が癒されています。

1歳児といえば「イヤ！」「自分で！」まさに自我の芽生え・拡大の時期です。まだまだ“仲良く遊ぶ”事が難しいこの時期は、お友達と同じように遊んで見たくておもちゃの取り合いもよくしますが、お互いに不安や悲しみが強まる事のないように、また同時に友達との関わり方を知らせていきたいと思います。

※お互いに手が出してしまう事もありますので、爪は短くしておくようにご協力お願いいたします。

今月のねらい「園外に出かけたり、園庭遊びの中で秋を見つける」

・運動発表会で普段の姿をおうちの人たちに見てもらおう 今月のうた「むしのこえ」

プール遊びも終わり、まだ暑さがのこる毎日ですが、子ども達は元気に駆け回って遊んでいます。お部屋では積み木や色板、線路を組み合わせて「ここは西宮駅で、ここは働く車のおうち！〇〇ちゃん、こっちつくて！」と街を作ったり、「〇〇ちゃんと遠足いくの」等々・・・お友達と一緒にものをつくったり、身近なものに見立てて一つの遊びをする事も多くなりました。子どもたちの世界が広がっていく様子が見ていてとても楽しいです！

さて、今月は運動発表会があります。毎週楽しみにしているサーキットだけでなく、普段の遊びからつながる競技を通して子ども達の姿を見て頂けたらと思いますので、ぜひお楽しみに！！

つぼみ



幼児



いぶき：友達と一緒に体を動かす喜びを感じる ひかり：ルールを守り、競い合うことを楽しむ

だいち：挑戦する気持ち、協力する気持ちをもつ

歌：「夕焼けこやけ」「まっ赤な秋」「線路は続くよどこまでも」

朝晩はすっかり秋らしく涼しくなりました。子どもたちから登園途中で聞いたコオロギの声を教えてくれたり、園庭の木にどんぐりができているのを発見しては大騒ぎ！「早く落ちてこないかな〜」と毎日のように上を見上げています。また、オレンジや薄いピンク色の夕焼け空をみて「ここから見てみて！すごくきれいな色！」と築山からの景色を教えてください。夏野菜の収穫も終わり、ゴーヤやひまわりの種を取ったあと早速畑に埋めた(!) 子どもから「いつ芽がでてくる？」と聞かれたので、「寒い冬は苦手だから、春になってからのほうがいいよ」と教えると急いで掘り起こして、大事に家に持ち帰った子もいます。

今月は自然の変化を感じながら色やかたちの違いに気づいて興味をもったり、役割や言葉のやりとりを楽しんでいます。先月から始めたゴミ拾い散歩にも出かけ、きれいになった公園で思いきり走り回り回りたいと思っています。また「運動会ごっこ」で応援される喜びから、競争心と責任感が芽生え、うれしい思いも悔しい思いもみんなで共有しながら少しずつ自信につながっていければと思っています。