

あそぶ あそぶ あそぶ

令和5年10月

園長 橋本 希義



10月は、「神無月」になります。神がいなくなる月と言われますが「神の月」とする説もあるようです。9月も秋の最高気温を更新続け水害も多く見受けられました。また北会津中学生による絵本の読み聞かせなど地域の交流活動も積極的に行われました。夜空の月を眺めながら気が付くと会津も朝晩の涼しい風・虫の音にホッと一息です。稲の穂もたわわに実り何時もより早い稲刈りが始まっています。子ども達の成長が躍動する月ですね。園では、運動会と秋探し遠足です。コロナ禍後の人数制限の無い運動会となります。園の運動会は、他園と違い表現の要素も多く取り入れています。テーマを決め物語の中で、子ども達に夢と冒険心を与えたいと思います。駆けっこやリレーなど幼児の成長に合わせた運動の基本的な活動は行います。その上で一つのテーマを全学年で表現します。思い切り音楽に合わせて体を動かし表現する事も運動要素の一つであると考えています。運動会後も子ども達の興味や関心が引き続き継続され遊びの中で表現活動に向かいます。当日は、裏の主役は役員さんや係のお手伝いさんです。保護者の皆様には大きな声援で子どもに力をあげて欲しいと思います。当日は、保護者の皆様方のご協力をお願いします。インフルエンザ・コロナなどの感染症もまだまだ注意していかなければなりません。お子様の健康状態に充分にご配慮ください。

◆運動遊びの重要性

幼児期の成長は、認知的スキル・社会情動的スキル・運動スキル（体力・運動能力）の3つが相互に関連してもたされると考えられています。運動遊びが心の育ちや意欲の形成につながり、知的な発達を支えると考えられているのです。

鬼ごっこを例に考えてみましょう。まず夢中で走り回ることにより脚力や身のこなし、持久力などが育ちます。持久力は体力面だけではなく、がんばる力ややり遂げる力にもなり、いろいろな活動に諦めずに取り組む力につながります。

鬼ごっこは、みんながルールを守らなくては成立しません。そのため、自分の気持ちを調整する力が求められますし、互いにルールを守って遊ぶ中で信頼感が生まれ、人間関係が培われていくでしょう。生活リズムが整い、日常のあらゆる活動に前向きな気持ちが生まれます。また、運動遊びが楽しくなると、「もっとこうしてみたい」といった目当てが自然に生じます。

新しいことができるようになったり、相手に勝ったり、運動遊びの結果は見えやすく、目当てをもつことの喜びを知り、有能感や自信にもつながります。

このように捉えると、運動遊びが子どもの心身、そして知的な発達に欠かせないということが、ご理解いただけるかと存じます。



園庭で練習をする年長さんに憧れ、真似をする年下の子たち。そしてそれが刺激となって、真似て遊ぶことで、体を動かす楽しさを学び経験していきました。



10月の目標

全体の目標

◎秋の自然に触れ合って思いきり楽しもう！！

学年の目標

- ★0歳：天候を見ながら戸外へ出かけ、秋の自然に触れたりする。
- ★1歳：戸外へ出掛け、秋の自然に触れながら、探索を楽しむ。
- ★2歳：簡単なごっこ遊びや再現遊びを友だちや保育者と一緒に楽しむ。
- ★年少：秋の自然に触れて関心を持つ。
- ★年中：身近な自然に触れ興味を持ち遊びに取り入れていく。
- ★年長：仲間との関わりを深めながら、考えを出し合い、目的をもって遊びを進めていく。



お知らせ&お願い

- ☆7日(土)の運動会ではプログラムをお持ちいただき確認しながらご覧いただきたいと思います。
- ☆年少、年中、年長と秋の遠足が予定されています。子ども達のみでの遠足です。配布のお手紙をよく読み、お弁当・おやつ等忘れ物のないようお願い致します。
- ☆りんご狩りに2歳児・年少、年中、年長が行ってきます。お家におみやげを持って帰ります。みんなでおいしく食べて下さい。0歳・1歳さんへのおみやげのりんごは、園で食べます。
- ☆10月の保育料の引き落とし日は、10月10日(火)になります。ご確認ください。
- ☆10月26日(木)は年中さんの運動遊び参観になっています。時間等は後ほどお知らせします。

入園願書受付・市の申請用紙配布受付

◎10月2日(月)より願書受付・市の申請用紙の配布となりますので、ご確認ください。
来年度入所希望の方は、期間内に必ず申し込みをお忘れなくお願いします。

インフォメーション

ぴかりんくらぶ

- 19日(火) 「体操教室」 ・幼保園のホールで体操の先生と体を動かして遊びましょう☆
- 24日(火) 「どんぐり拾い遠足」 ・バスに乗ってどんぐり拾いに行きます！
- 31日(火) 「リンゴ狩り」 ・バスに乗ってリンゴ狩りにお出かけしましょう！

すももくらぶ

- 19日(木) 「リンゴ狩り」 ・バスに乗ってリンゴ狩りにお出かけしましょう♪

<園舎・園庭開放>

園舎(10:00~11:30)・園庭(10:00~14:00)

休日以外毎日開放していますので、来園の際は事務室に一声かけてくださるようお願いいたします。

北会津中学生との交流

北会津中学校の子ども達が体験学習や絵本の読み聞かせで幼保園に来てくれました。はじめは、子ども達に寄り添うまで遠慮しがちでしたが、子ども達が近寄り行くと、一緒に遊ぶ中学生の姿がありました。「はじめはドキドキしたけれど、かわいい子ども達に遊ぼう！と言われて中学校じゃなくこっちに毎日来たい！」「まだ2歳なのに、僕が読む絵本をみんな静かに聞いてくれてすごい！と思いました。」など素敵な感想がたくさん聞かれ互いに素敵な時間となったようです☆



祖父母参観 & 英語参観 たくさんのご参加ありがとうございました☆

「せんせい～まだおばあちゃんこない！！」「ジュリー先生！ママきたよ☆」と待ちわびる年少さんの可愛い姿。おじいちゃんやおばあちゃんを見つけると、満面の笑顔で駆け寄り喜ぶ姿に、おじいちゃんやおばあちゃんも笑顔がこぼれました。久しぶりに会うお孫さんの姿をみて「大きくなったな」としみじみ抱っこするおばあちゃんや、子どもの頑張る姿をカメラで映すおばあちゃん、一緒に遊んでくれるおじいちゃんとおばあちゃん。そして、英語では歌や単語を英語で話す姿に温かいまなざしがたくさん見られ、心があたたかくなりました。



毎月行っている避難訓練。地震や火事、水害を想定し訓練しています。9月の訓練は、地震の想定。みんなでお集まりしている時・自由に遊んでいる時、いろいろな場面を想定し訓練することで、子ども達は慌てることなく行動できる子になっています。今回は、放送を入れるのでいつも見れていなかった避難の様子を、「地震です！先生の周りに集まりましょう！」から次の指示までの間を覗いてみました。まだかな、まだかなと静かに待つ子ども達に感動しました！

避難訓練

しっかり次の放送を待つ、誰の声もしない園舎
ちょっと意地悪だったかな…。でもすごい！



9月生まれさんお誕生日おめでとう！

9月生まれの誕生会も、みんなニコニコの笑顔でお祝いをしました☆相手を想う言葉「おめでとう！」
「ありがとう」って嬉しい、素敵な言葉だね☆それぞれの学年で楽しい企画を考えて、楽しい一日となったようです！



～年長さん～北会津の敬老会に参加しました☆～

北会津の敬老会に招待され年長児42名が白虎隊・娘子軍を披露してきました。みなさんから温かい拍手をいただき満足気な子ども達でした☆
おじいちゃん・おばあちゃんも喜んで下さり、みんなの作った折り紙も目を細め嬉しそうに微笑んでくれていました。お家の方の着付けのご協力ありがとうございました。



運動会ちよっと

見せちゃいます！

今年のテーマは

「ライオンキング」

役になりきって、みんなで
夢の世界を作っていきます☆
友だちとの絆や自分の精一杯
の力を見せてくれることと
思います！お楽しみに～☆



編集後記

運動会の活動が本格的になりました。勝つことに喜びを持つのは、当たり前で、負けた時は悲しいのも当たり前です。そこから私が子ども達に伝えたい事で、この園で勝つことだけを教えるのではなく、負けた時の悔しさから次につなげる気持ち、最後まであきらめない心、友だちを応援する心、勝ったお友だちをねぎらえる心を大切に育てたいと考えています。勝つ人がいれば、負ける人もいて、だからこそ、子ども達にたくさんの気持ちを気づいて欲しいのです。勝っても負けてもみんな楽しくやっついていこう！そんな運動会です。どうぞ、たくさんの応援よろしくお祈りします。

副園長 ウエストポーチ



ほけんだより

2023年
学校法人 白梅
看護師 大竹 路子

10を横にすると、まゆと目に見えるので、10月10日は、「目の愛護デー」。現代は、テレビやゲーム、スマートフォンなど、子どもたちが体を動かさずに遊ぶ時間が長くなりがちです。秋は遊びが楽しめるいい季節。秋晴れのお休みには、外遊びで十分体を動かしましょう。

テレビなどの動画を長時間見せていませんか

成長するにつれてスマホやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。しかし、無制限にそれらとつきあうことが、子どもの発達に悪影響を与えることが、わかってきました。

特に「乳幼児」がテレビなどを長時間視聴することが、言語の発達や社会性の遅れにつながることを日本小児科学会が報告し、どうつきあうか、6つのアドバイスを出しています。

6つのアドバイス

- 1 2歳以下の子どもには、長時間見せない！
内容・見方に限らず、長時間視聴は言語発達が遅れる危険性が高まる。
- 2 つけっぱなしはNG！ 見たら消す！
- 3 乳幼児に一人で見せない！
大人がいっしょに歌ったり、子どもの問いかけに応えたりすることが大切。
- 4 授乳中、食事中は消す！
- 5 乳幼児にも、つきあい方を教える。
見終わったら消すこと。連続して見続けられないこと。
- 6 子ども部屋に置かない。



いろいろなものを見せよう！

いろいろな距離のものを見るのが、見る力を育てます。遠くを見るときは目の周りの筋肉がゆるみますが、子どもはただ「遠くを見て」と言うだけで満足できません。「あの木のとっぺんを見てごらん」など、具体的に声をかけてあげましょう。



家族でルールを決めましょう

スマホやテレビを見る時間を決めましょう。大人がスマホを使いすぎたり、テレビを長時間見たりしていると、ルールを守る意欲をそいでしまいます。大人がまず見本を！



連続スマホ 15分まで

連続テレビ 30分まで

インフルエンザかも？と思ったら……

急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなく、インフルエンザかもしれません。インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間（登園停止期間）と、登園を再開できる目安が決められています。

1 受診しましょう

39度を超えるような高い熱、頭痛、関節や筋肉の痛みなどが出ます。鼻の奥の粘膜を取って調べる検査が一般的ですが、発症直後では正しい結果が出ないことがあります。お医者さんには、「いつからどんな症状が出たか」「身近に、同じ症状の人がいないか」なども、詳しく伝えましょう。

園へのご連絡をお願いします

インフルエンザと診断を受けたときや、医師からもう一度受診するように指示があったときなどは、園にもご連絡ください。



2 しっかり治しましょう

インフルエンザの薬（タミフルなど）は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。症状が治まり、元気になるまでしっかり休みましょう。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には

- ・熱が出て（発症）から5日たっている
- ・熱が下がって（解熱）から3日たっている

※小学生以上では、熱が下がって（解熱）から2日たっているこの両方を満たしていることが必要です。

診断がついた翌日に熱が下がっても、「発症から5日」の目安を満たすまで登園できません。また、登園再開には、医師による「登園許可」の診断が必要です。登園前に、もう一度診察を受けてください。

翌日から数えます

Aくんの場合	発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登園
	解熱	1日目	2日目	3日目			

翌日から数えます

いったん熱が下がっても、また上がることがあるため、1日は様子を見ます。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は、両方の基準を満たすまで、ゆっくり体を休ませましょう。

Bちゃんの場合

発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	登園
	発熱			解熱	1日目	2日目	3日目	

インフルエンザの予防接種が始まりました

2回の接種が必要

小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいと言われています。

効果が十分に出るのは2回目接種から約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。

10月から、インフルエンザの予防接種が始まります。予防接種の特性を知って、早めに接種を受けましょう。



➡ 10月中に1回目の接種を受けましょう



木の葉が色づき、落ち葉や木の実が地面に広がる景色が見られると、季節はもうすっかり秋ですね。

10月はさつまいもが旬を迎えます。焼く、蒸す、煮るなど調理方法を幅広く楽しむことが出来るさつまいもは、切ると白い液体が浮き出てきます。これは整腸作用があり、便秘解消に役立つヤラピンという栄養素ですので食べられます。さつまいもは太りやすいイメージがありますが、白米よりカロリーが低く、食物繊維やビタミンCが豊富な食べ物です。さつまいもそのものの甘みを味わってみましょう。ポイント：収穫直後より暫く寝かすほうが甘みが増します。

元気な体は栄養バランスの良い食事から！！

主食・主菜・副菜がそろっていますか？エネルギーのもとになる主食と、体をつくるのもとになる主菜、体の調子を整える副菜がそろって栄養バランスが整います。これに汁ものなどがつくとより栄養バランスが良くなります。3食バランスよく食べられるといいですね！



《毎月19日は食育の日です》

食品ロスを減らそう

10月は食品ロス削減月間です。日本では国民1人当たり、毎日ご飯茶碗1杯分の食品を捨てているといわれています。食品ロスを減らすためには、「もったいない」「買すぎない」「作りすぎない」という『3ないルール』を意識しましょう。

【買い物のポイント】

- ①買い物前に、冷蔵庫や冷凍庫にある食材をチェックする。
- ②使う分、食べられる量だけ買う。
- ③期限表示を知って、賢く買う。

(陳列棚の手前から取る)

食品ロスを減らすには、一人一人の心掛けが大切です。手軽にできることから始めてみましょう。

こよみ

今月の二十四節気



☆二十四節気とは☆

昔、農作物を作るための目安として季節や自然の変化を表した曆です。二十四節気の変わり目の日には、季節食材をふんだんに用いた給食の提供をしています。

寒露 (かんろ) 10月8日頃

秋の長雨が終わり、本格的な秋の始まりです。大気が安定し、空気が澄んだ秋晴れの日が多くなります。

霜降 (そうこう) 10月24日頃

朝晩がぐっと冷え込み、初霜の知らせが聞こえてくるのもこの頃です。山は紅葉で彩られます。冬支度を始める時季です。

はりはり漬け



《約4人分》

- ・切干大根 30g
- ・人参 1/3本
- ・きゅうり 1/3本
- ・酢 大さじ1/2
- ・砂糖 大さじ1
- ・醤油 大さじ1/2

《作り方》

- ①切干大根を水で戻し、食べやすい長さに切ります。
- ②人参、きゅうりは細切りにします。
- ③切干大根、人参、きゅうりの順に茹で、水気を切っておきます。
- ④酢、砂糖、醤油を混ぜて、③と和えて完成です。

◎二次元コードを読み取ると参考動画を見ることができます。

