

★今月の行事★

- 11日(金) 英語であそぼう AM10:00～
- 14日(月) 運動会総練習1 AM10:00～
- 18日(金) 運動会総練習2 AM10:00～
- 24日(木) 運動会総練習3 AM10:00～
- 25日(金) 運動会前日準備
- 26日(土) 第77回運動会 AM 9:00 開始
- 28日(月) 陶芸教室 AM10:00～
- 29日(火) 避難訓練 時間不定

9月生まれの、
お誕生日さんはいません。

運動会

場所・・・千代田小学校グラウンド

(雨天時は体育館で行います)

時間・・・9時開始(園児8時45分集合)

◆給食だより◆

暑い日が続いていますが、暑さ疲れしていませんか？

暑さで消耗した体力を取り戻し、弱った胃腸の働きを整えるためには、基本の一日三食の食事、おやつを規則正しく、バランス良く食べる事です。朝ごはんを食べるという事は、排便のリズムの面から見ても大切です。食べ物が胃に送り込まれる事によって、大腸が蠕動運動を始め便意をもよおします。理想的な排便リズムは、朝ごはんを食べた後に排便する事と言われています。朝ごはんの習慣をつける事で、生活のリズムが出来上がってきます。生活のリズムと共に将来の食事習慣のベースにもなっていきます。しっかり朝ごはんを食べて、元気に保育園に来てくださいね！

★消化の良いメニューで食欲増進

たんぱく質は、しっかり摂取しましょう。

煮たり、蒸したりしたメニューを。

豆腐料理は、のどごしが良くおすすめです！

★生野菜より消化の良い煮野菜で加熱した

野菜は、胃の負担もなく、量も多く摂れます。

✿募集記事✿

～黄組

ゆづるくんのお母さんです～

黄組 侑弦の母です。2歳からお世話になりましたので、早いものでもうすぐ3年が経とうとしています。通い始めてからの3カ月は毎日毎日泣いてぐずり、親も泣きそうになりながら登園していましたが、今では元気に自分で玄関から飛び出して行くようになりました。お家では一人っ子なので、わがままにならないか実は心配していました。でも、保育園でたくさんのお友達や先生と触れあう中で思いやりの気持ちが育っているのがはっきりと分かります。大人顔負けの気遣いや神発言をする事もあって子どもの成長に驚くとともに、私も見習わないとなあと反省する日々です。かと思えば、おもちゃの武器を持ってきて「たたかいしょうぜ！」と挑んできたり、ブロックやラキュー(ついには買われました)で夢中になって超大作を完成させたり、失敗してたんばらを起こしたりと子どもらしい一面もまだまだあります。保育園でのお話しもよくしてくれて自分の言葉で一生懸命伝えてくれます。集団生活ならではの小さな葛藤が垣間見えたりして、お友達から良い刺激をもらっていると思うとともに、心の成長を促して見守ってくださっている先生方には、感謝と尊敬の念でいっぱいです！これからも「黄組の大きいちゃん」として、毎日楽しく過ごしていこうね(〇〇)



お子さん達は、家に帰ってから自分の身の周りの事を進んで行っていますか？

手洗いやうがい、着替えや歯磨き、保育園に行く準備など年齢が大きくなる程、やる事は増えていきますね。園では、毎日の習慣で身支度の準備を行っています。3.4歳児になると、自分の身の周りの事も出来るようになり新しい事にもチャレンジします。

帰りの支度をしていた時の事、4歳児のK君がなかなか準備をするのに時間がかかって、遊んだりおしゃべりをしたりして遅くなってしまいがちでした。周りをみるとみんなは、帰りの支度を終えて早く遊びたい様子でした。K君にも「K君、早く準備出来たらとってもかっこいいよ！お兄さんだから出来ると思うし、みんなの見本になってくれたら嬉しいなあ～」と伝えると、準備を終えたお友だちが「頑張れー！早く一緒に遊ぼうよ！」とK君を応援しはじめました。K君もやる気になって、少しずつ早く支度をする事が出来ていきました。

声掛けだったり、お友だちの応援だったり、時には自分の力で頑張る事だったり、ちょっとしたきっかけで子どもの心に響いていくと思います。その小さな響きを大事に、これからも保育をしていきたいと思っています。毎日の習慣は、子ども達にとって大きな成長に繋がっていきます！出来た事をたくさん褒めながら、子ども達も達成感を味わい自信をもてるようになっていくといいですね(〇〇) 家でも、出来る事からお母さんと一緒に始めてみてください。

