



# 9月の園だより

日中はまだまだ暑いですが、朝夕が少しずつ涼しく感じられるようになってきました。虫の声に初秋の訪れを感じます。プール遊びはできませんでしたが、その分水遊びを十分に楽しみこの夏で一段とたくましく育った子どもたちです。これからは様々な戸外遊びや運動会遊びが楽しめる季節になってきます。運動遊びが秋の運動会へつなげていけるようにしていきたいと考えています。新型コロナウイルスに関しましては、園・家庭において今後も引き続き感染対策を十分に行い、体調管理に努めていきましょう。

## 《今月の行事》

- 11日（月）倉本先生和太鼓指導(年長児) 身体測定
- 12日（火）誕生会
- 13日（水）避難訓練
- 14日（木）亀井先生和舞踊指導(年長児)
- 21日（水）運動会予行演習／おべんとうの日

## 【10月の行事予定】

- 7日（土）運動会(青・緑・桃組)

## 《家庭連絡》

- ◎ 運動会予行演習を21日（水）に予定しています。午前8時30分までに登園させてください。服装は体操服上・下、運動靴です。おべんとうの日になりますので、水筒・シートを持たせてください。
- ◎ 暑い日には、引き続き水遊びを楽しんだり、汗をかいたときにはシャワーを浴びたりすることがあります。バスタオル・着替えを持たせてあげてください
- ◎ これからは戸外遊びが多くなってきますので、汗が出たら着替えをします。こまめに着替え袋を確認して頂き、着替えの補充をお願い致します。
- ◎ 10月7日（土）秋の運動会を開催いたします。今年度は人数制限なしで行う予定です。保護者も参加していただける種目を考えておりますので、動きやすい服装でお越しください。赤組0.1.2歳クラスの園児は家庭保育のご協力をお願いいたします。詳細は追ってご連絡いたします。どうかよろしく申し上げます。

## — 今月のねらい —

- 0歳児 …… まわりの人や物に興味を示し、真似したり探索を楽しんだりします。
- 1歳児 …… 保育者や友達と一緒に全身を動かして遊ぶことを楽しめます。
- 2歳児 …… 走ったり跳んだりと全身を使った遊びを保育者や友達と一緒に楽しめます。
- 3歳児 …… 簡単なきまりを知り、友達と一緒に戸外遊びや運動遊びを楽しみます。
- 4歳児 …… 友達と力を合わせて遊ぶ楽しさを感じながらいろいろな運動遊びに取り組みます。
- 5歳児 …… いろいろな運動遊びに積極的に取り組んだり、友達と意見を出し合いながら共通の目的に向かって活動を進め達成感を味わいます。

### 【子育てQ&A】

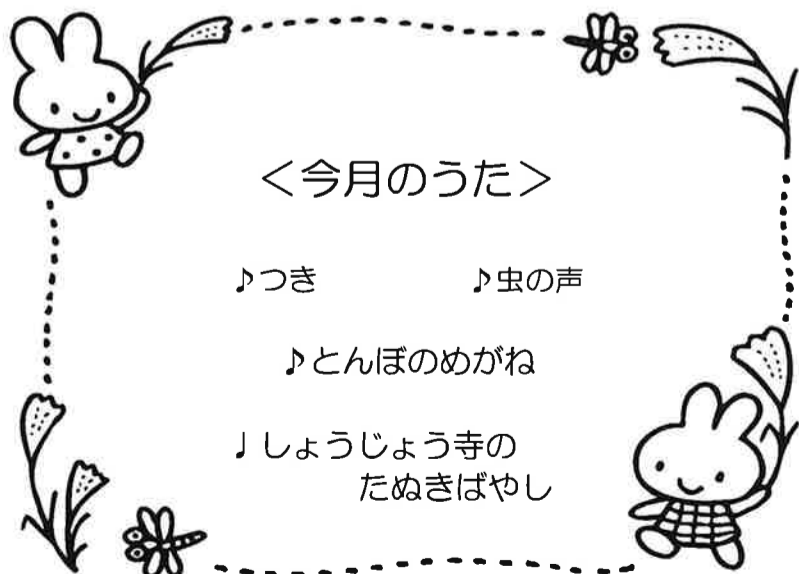
#### Q. 落ち着きのない子のいい子育て方法をおしえてください

A. 落ち着きのない子どもに対する育て方のポイントのようなものを問われたら、「絶対に口うるさい親にはならない」ということ。これは親だけに限らず園でも同じです。くちうるさいせんせいにならない。そのとき、**できるだけ短い言葉で何ごとも具体的に言ってあげる**のがいいのです。「～したほうがいいよね」とか「～したらもっといいかもしれないね」というように、短い言葉で、肯定的な表現を使うと、さらにいいですよ。一度言ってもすぐにできなかつたら、すぐにまた二の次、三の次というのではなく、**何度も折に触れて伝え、できるようになるまで待つ**てあげるのがいいですね。ようするに、子どもがすぐに親やせんせいの思い通りにならなくたっていいのです。そういうことがあるたびに、繰り返し声はかけるけれど、いつまでにそれができるかについては待っていてあげる。こう育ててあげることによって、子どもの集中力や脳の統合力が育まれたり、子どもの飽きっぽさがなくなっていったりするので。

落ち着きのなさは、ただ座っていなければならないときや、じっとしてはいてはいけないときや、お話を聞かなければならないときなどのケースで顕著にあらわれます。ですから、まずは、**子どもを落ち着かせておかなければならない場所へは、できるだけ連れて行かない**という方法があります。

しかし、病院など、やむを得ない場合もあるでしょう。そんなときは、たとえば、病院内で走り回ったりするような時は、「ここに座ろう」と提案をしてあげるといいですよ。「～してはいけない」だけではなく、「こうしてしよう」と短く提案してあげるので。それから、**いちばん集中しやすいものを大人が持ち歩いてあげる**ことです。たとえば、図鑑やパズルなどを持っていき、落ち着きがなくなり立ち上がろうとし始めたら、「これを見てみよう」と、それをパッと出してあげるのです。図鑑などの本を読ませることは、こうした子どもたちを落ち着かせるのに有効な手段です。ぜひ関心のある方は試してみてください。

【「子どもの気持ちがわかると子育てはもっと楽しい」著：佐々木正美 すばる舎】



# 9月の献立表

令和5年度

日	曜	献立名		おやつ		主な材料名	日	曜	献立名		おやつ		主な材料名
		昼食	三未追加	三未10時	3時				昼食	三未追加	三未10時	3時	
1	金	ご飯 納豆のかき揚げ オレンジ キャベツのホットサラダ みそ汁		かんぱん 牛乳	マンユマ ロサンド ミルク	納豆 玉葱 人参 キャベツ ツナ 大根 油揚げ 小松菜	22	金	ふりかけご飯 グラタン 札幌 大豆のしゃりしゃり揚げ みそ汁		バナナ 牛乳	ぼたもち	マカロニ 玉葱 人参 大豆 しらす こんぶ 豆腐
2	土	混ぜ御飯 パナナ		リッツ 牛乳	お菓子	鶏肉 ちくわ ごぼう 人参 干し椎茸 糸こんに 枝豆	23	土	秋分の日				
4	月	八宝菜丼 パナナ おからサラダ		ビスコ 牛乳	ジャムサ ンド ミルク	豚肉 白菜 玉葱 人参 ねぎ おから きゅうり	25	月	豚丼 枝豆 パナナ ごぼうサラダ		ビスケット 牛乳	手作りラ スク ミルク	豚肉 人参 しらたき 玉葱 ごぼう きゅうり
5	火	ご飯 キッシュ 煮豆 すまし汁 きゅうりの中華和え オレンジ	こんぶ	クロワッ サン牛乳	フルー チエ	卵 しめじ 生椎茸 玉葱 豆腐 きゅうり 人参	26	火	ご飯 春巻き オレンジ 切干大根の煮物	アらのり	クロワッ サン牛乳	ホット ケーキ ミルク	豚挽肉 キャベツ なら 人参 切干大根 油揚げ
6	水	ご飯 鮭のしょうが焼き パナナ 伴三すう かぼちゃスープ		野菜せん べい牛乳	ココア ケーキ ミルク	鮭 春雨 きゅうり 人参 ハム 卵 かぼちゃ煮	27	水	納豆ご飯 肉じゃが煮 しらすサラダ パナナ		ビスコ 牛乳	カスター ドプリン	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんに しらす きゅうり
7	木	ご飯 高野豆腐のオランダ煮 大豆料理(カ) そうめん汁 札幌		カステラ 牛乳	ゆかりお にぎり	高野豆腐 大豆 豚挽肉 人参 じゃが芋 そうめん	28	木	ご飯 鶏のバ'バ'焼 煮豆 野菜サラダ きのことスープ 札幌		バナナ 牛乳	チョコテッ ブクッキー ミルク	鶏肉 ねぎ キャベツ 卵 人参 切干大根 油揚げ
8	金	ご飯 ミトボールのキャ'煮 みそ汁 もやしの加'レ'ン' オレンジ	きな粉	バナナ 牛乳	甘食 ミルク	豚挽肉 玉葱 ねぎ 大根 油揚げ もやし きゅうり	29	金	ご飯 お月見バーグ 二色和え みそ汁 オレンジ	こんぶ	野菜せん べい牛乳	お月見ま んじゅう	豚挽肉 玉葱 豆腐 卵 小松菜 白菜 じゃが芋
9	土	三色丼 パナナ		クラッカー 牛乳	お菓子	合挽肉 干し椎茸 卵 いんげん	30	土	ハヤシライス パナナ		カステラ 牛乳	お菓子	豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリーンピース
11	月	ご飯 豆腐と野菜の炒め物 かつ 和風スパゲティ レバーの加'煮	アらのり	かりんとう 牛乳	ドーナツ ミルク	豆腐 玉葱 人参 きくらげ あさつき 大'コ' 大'							
12	火	(誕生会) 照り焼きチキン丼 春雨'カ' わかめ'ス' 札幌'他		ビスケッ ト牛乳	チーズ'カ' ール カルピス	鶏肉 小松菜 春雨 ハム きゅうり わかめ ねぎ							
13	水	ご飯 鮭のカレー焼き みそ汁 ひじきの炒め煮 煮豆 オレンジ	こんぶ	かんぱん 牛乳	もちもち パン ミルク	鮭 春雨 豆腐 玉葱 人参 ひじき 油揚げ いんげん							
14	木	しらすご飯 コロッケ オレンジ キャ'ツのこんぶ和え むらくも汁		バナナ 牛乳	りんごゼ リー	豚挽肉 じゃが芋 人参 キャベツ こんぶ 玉葱							
15	金	ご飯 豚肉のねぎ焼き 枝豆 切干大根とわ'りの'カ'り和え他		ビスコ 牛乳	鮭おにぎり	豚肉 ねぎ 白菜 玉葱 人参 切干大根 きゅうり							
16	土	ミートスパゲティ パナナ		野菜せん べい牛乳	お菓子	豚挽肉 玉葱 人参 干し椎茸 グリーンピース							
18	月	敬老の日											
19	火	カレーライス パナナ ひじきサラダ		カステラ 牛乳	ステイツ クパイ ミルク	牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 ひじき きゅうり キャベツ							
20	水	ご飯 魚の香りみそ焼き 煮豆 五目きんぴら 野菜スープ かつ	きな粉	かりんとう 牛乳	カナッペ ミルク	白身魚 ごぼう 人参 豚肉 糸こんに キャベツ もやし							
21	木	おべんとうの日		かんぱん 牛乳	オレンジ ゼリー								

