



# 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。4年ぶりにプール遊びをして、猛暑のため入れた回数は少なかったですが、この夏で一段と心身ともに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。残暑が続きそうなので、引き続き熱中症対策に努めて参りたいと思います。

## 《今月の行事》

- 5日 (木) 亀井先生和舞踊指導(年長児)
- 9日 (月) 倉本先生和太鼓指導(年長児)
- 13日 (金) 誕生会
- 18日 (水) 避難訓練
- 19日 (木) 運動会予行演習／おべんとうの日
- 30日 (月) 倉本先生和太鼓指導(年長児)

## 【10月の行事予定】

- 5日 (土) 運動会(青・緑・桃組)

## 《 家 庭 連 絡 》

- ◎ 運動会予行演習を19日(木)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、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5日(土)運動会を開催いたします。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】

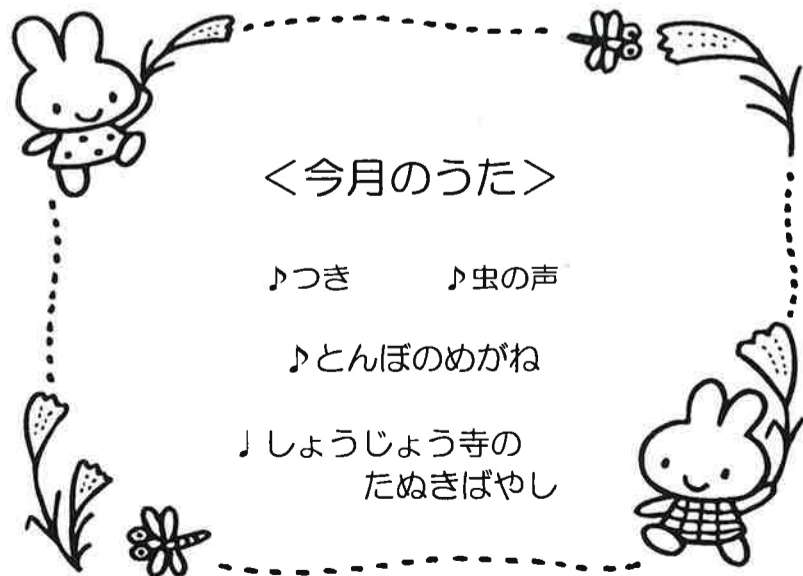
#### Q. 落ち着きのない子のいい子育て方法をおしえてください

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ったら、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くのです。

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、じっとしていかなく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時は、「ここに座ろう」など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6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	
2	月	ふりかけご飯 肉じゃが煮 しらすサラダ パナナ		かりんとう 牛乳	おからプ ラウニー ミルク	豚肉 ジャが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく しらす きゅうり	23	月	振替休日				
3	火	ご飯 ナゲット 伴三すう みそ汁 オレンジ		ビスコ 牛乳	鮭おにぎり	鶏肉 豆腐 玉葱 春雨 ハム 大根 油揚げ 小松菜	24	火	カレーライス 枝豆 切干大根豆苗サラダ パナナ		ビスケット 牛乳	チョコチップ クッキー ミルク	牛肉 玉葱 ジャが芋 人参 りんご 切干大根 豆苗
4	水	ご飯 魚のしょうが焼き パナナ マーボーなす すまし汁	アラのり	野菜せんべ い牛乳	ホット ケーキ ミルク	さわら なす 豚挽肉 玉葱 人参 豆腐 えのき 小松菜	25	水	ご飯 魚の野菜あんかけ 札幌 そばの風味和え ごぼうみそ汁		かりんとう 牛乳	シュガー トースト ミルク	鮭 しめじ 玉葱 人参 キャベツ 福神漬 ごぼう
5	木	しらすご飯 ポークビーンズ ひじきの炒め煮 オレンジ		バナナ 牛乳	もちもち パン ミルク	豚肉 ジャが芋 玉葱 人参 大豆 ひじき 油揚げ イゲン	26	木	ご飯 ミトボールの揚げ煮 二色和え むらくも汁 パナナ	アラのり	あられ 牛乳	フライド ポテト	豚挽肉 干し椎茸 ねぎ 白菜 小松菜 玉葱 人参
6	金	ご飯 ささ身のレトロ風味 札幌 おからサラダ じゃがいもとトマトのスープ	こんぶ	かんぱん 牛乳	カスター ドプリン	ささ身 おから きゅうり 人参 じゃがいも 卵	27	金	ご飯 キッシュ 大豆の五目煮 かぼちゃスープ オレンジ	こんぶ	バナナ 牛乳	わかめとし らすのおに ぎり	卵 しめじ 玉葱 ほうれん草 大豆 人参 かぼちゃ
7	土	三色丼 パナナ		カステラ 牛乳	お菓子	合挽肉 いんげん 卵 干し椎茸	28	土	ミートスパゲティ パナナ		ビスコ 牛乳	お菓子	豚挽肉 玉葱 人参 干し椎茸 グリンピース
9	月	八宝菜丼 パナナ カミカミサラダ		ビスケット 牛乳	フルーツ サンド ミルク	豚肉 玉葱 人参 白菜 切干大根 するめ きゅうり	30	月	麦ご飯 クリームシチュー 野菜サラダ パナナ		野菜せんべ い牛乳	アメリカン ドッグ ミルク	豚肉 ジャが芋 玉葱 人参 キャベツ きゅうり じゃがいも
10	火	ご飯 かぼちゃグラタン 札幌 こんにゃくソテー きのことスープ	きな粉	クロワッサ ン牛乳	フルー チェ	かぼちゃ 玉葱 人参 焼豚 しらたき しめじ まいたけ							
11	水	ご飯 魚の照り焼き けんちん汁 炒り卵サラダ 煮豆 パナナ		リッツ 牛乳	ドーナツ ミルク	鮭 豆腐 ごぼう 大根 人参 ねぎ 卵 きゅうり							
12	木	ご飯 コロッケ ナムル みそ汁 オレンジ	アラのり	バナナ 牛乳	スティック クパイ ミルク	豚挽肉 玉葱 ジャが芋 人参 もやし ハム キャベツ							
13	金	(誕生会) ハンバーガー 枝豆 春雨がが コーンスープ 札幌 他		あられ 牛乳	お月見 まんじゅう	合挽肉 玉葱 きゅうり 春雨 ハム 人参 コーン							
14	土	混ぜ御飯 パナナ		ビスコ 牛乳	お菓子	鶏肉 ごぼう ちくわ 人参 干し椎茸 糸こんにゃく 油揚げ							
16	月	敬老の日											
17	火	ご飯 いり豆腐 和風スパゲティ レバーのカレー煮 パナナ	こんぶ	野菜せんべ い牛乳	ぼたもち	豆腐 卵 玉葱 キャベツ あさつき しめじ レバー							
18	水	ご飯 魚のシュンユイ みそ汁 ポテトサラダ パナナ	きな粉	かんぱん 牛乳	甘食 ミルク	白身魚 ねぎ 白菜 玉葱 ジャが芋 人参 きゅうり							
19	木	おべんとうの日											
20	金	納豆ご飯 鶏の塩麹焼き 札幌 五目きんぴら 酸辣湯スープ		カステラ 牛乳	オレンジ ゼリー	鶏肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく 豚肉 たけのこ きくらげ							
21	土	親子丼 パナナ		リッツ 牛乳	お菓子	鶏肉 玉葱 人参 ごぼう 干し椎茸 卵 ねぎ							

