

えんだより

令和6年9月27日

夏が終わっても猛暑が続いた9月でしたが少しずつ気温も下がり始め秋を感じることができるようになってきましたね。
子ども達も毎日お友達と元気に遊び楽しんでます。これからは涼しくなってきますので、体を沢山動かすチャンスです!! 暑さでなかなか外に出られなかった分も含めて思いきり体を動かしていきたいですね。

〇〇の秋

〇〇の秋と言えば何を一番に思いつきますか?
「食欲」が一番多いのではと思いますが他にも「スポーツ」、「読書」、「芸術」などもありますよね。他にはどんな秋があるのでしょうか。
自分ならではの秋を見つけて楽しむのもいいですね!

読書の秋 みんなの好きな絵本

ぞう組	「オニガシマラソン」、「もったいないばあさん」 「うちのぼうがすごいんやで」
きりん組	おばけシリーズ「おばけのたんけん」など 昔話「ゆきおんな」など
うさぎ組	「パンダ銭湯」、そらまめくんシリーズ 「100かいだてのいえ」
りす組	「はらぺこあおむし」 「グリーンマントのピーマンマン」
ひよこ組	だるまさんシリーズ 「ねないこだれだ」
たまご組	「いないいないばあ」、「ねこときどきらいおん」 うた絵本「きらきらぼし」、「むすんでひらいて」

10月の予定

- 3日(木) 音楽教室
- 4日(金) リズム教室(ぞう組)
- 8日(火) 体育教室
- 9日(水) 内科検診
- 11日(金) ピクニック
- 12日(土) ふれあい保育(うさぎ組)
- 13日(日) 敬老祝賀会(ぞう組)
- 22日(火) 体育教室
- 25日(金) 誕生会
- 28日(月) 体育教室(未満児)
- 29日(火) ミニコンサート
(うさぎ、きりん、ぞう組)
芋まんじゅう作り(ぞう組)
- 30日(水) サンドイッチ作り(きりん組)

10月31日はハロウィン

ハロウィンは11月1日の「万聖節」の前夜祭として行われるヨーロッパ発祥のお祭りです。
友達や異年齢の子たち、地域の方と交流して楽しみましょう!!

10月のこんだて

令和6年10月 上庄ひいらぎこども園

月	7 (牛乳・クッキー) ご飯 鮭のオーロラ焼き 胡麻和え かきたま汁 牛乳・果物の盛り合わせ	14 スポーツの日	21 (牛乳・ポーロ) ご飯 照り焼きチキン 南瓜サラダ けんちん汁 牛乳・シリアルクッキー	28 (牛乳・クッキー) ご飯 豚ニラハンバーグ ピーナッツ和え 白菜スープ 牛乳・フルーツゼリー	
火	1 (牛乳・バナナ) ロールパン 白身魚のピカタ ごま味噌ブロッコリー 南瓜スープ 牛乳・きな粉おにぎり	8 (牛乳・バナナ) ワカメご飯 豚肉のパン粉焼き 海苔マヨサラダ 野菜スープ 牛乳・黒糖ふくれ	15 (牛乳・バナナ) そばろ井 魚のカレームニエル ほうれん草のしらす和え すまし汁 牛乳・手作り源氏パイ	22 (牛乳・クッキー) ご飯 マヨネーズフィッシュ のり和え 味噌汁 牛乳・バナナポート	29 (牛乳・せんべい) 麦ご飯 南瓜カレー シーザーサラダ 果物 牛乳・芋まんじゅう
水	2 (牛乳・チーズ) ご飯 牛肉とじゃが芋のきんぴら しらす入り酢の物 果物 牛乳・ホットサンド	9 (牛乳・せんべい) 麦ご飯 ハヤシライス 土佐和え 果物 牛乳・ラスク	16 (牛乳・せんべい) ワカメご飯 鶏肉のコーンフレーク揚げ ポテトサラダ コーンスープ 牛乳・スイートプール	23 (牛乳・チーズ) ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーのおかか和え わかめスープ 牛乳・かわりぼたもち	30 (牛乳・ビスケット) ワカメご飯 おでん 白菜のおかかチーズ和え 果物 牛乳・ジャムサンド
木	3 (牛乳・クッキー) 栗ご飯 ツナ入り卵焼き 切干大根の煮物 味噌汁 牛乳・フレークスナック	10 (牛乳・チーズ) ご飯 魚のケチャップ煮 マカロニサラダ 味噌汁 牛乳・みるくもち	17 (牛乳・クッキー) ご飯 麻婆豆腐 ひじきとツナの炒め物 果物 牛乳・フルーツヨーグルト	24 (牛乳・バナナ) ご飯 鮭のみみじ焼き かわりきんぴら ポトフ 牛乳・ふわふわ蒸しパン	31 (牛乳・バナナ) さつま芋ご飯 魚の西京焼き ひじき炒め すまし汁 牛乳・きな粉マフィン
金	4 (牛乳・せんべい) ご飯 すき焼き風煮 スパゲッティサラダ 果物 牛乳・米粉のココアマフィン	11 (牛乳・クラッカー) ピクニック ご家庭からのお弁当	18 (牛乳・チーズ) ゆかりご飯 魚のアングリーズ ジャーマンポテト ごま豆乳スープ 牛乳・お好み焼き	25 (牛乳・クラッカー) きのこご飯 チキンバー・枝豆 スマイルポテト コンソメスープ 牛乳・南瓜プリン	
土	5 (牛乳・クラッカー) おにぎり カレーうどん チーズとひじきのサラダ 果物・牛乳 バナナ	12 (牛乳・ポーロ) ふりかけご飯 チーズミートローフ フレンチサラダ・果物 スープ・牛乳 ドーナツ	19 (牛乳・クラッカー) いなり寿司 肉うどん 春雨の酢の物 果物・牛乳 スティックパン	26 (牛乳・バナナ) 牛丼 納豆サラダ・チーズ トマトと卵のスープ 牛乳 ドーナツ	

* ()内は未満児の午前中のおやつです。
* 下の段は午後の全園児のおやつです。

元気エネルギーは食事です!

スポーツの秋。子どもたちもめいっぱい体を動かしてあそんでいます。必要なエネルギーを毎日の食事からしっかりとるように心がけたいですね。

運動に必要な栄養素

- タンパク質**
筋肉のもとになる
卵・肉・魚・大豆など
- 炭水化物**
エネルギーのもとになる
ご飯・パン・いも類など
- ビタミンB1**
炭水化物をエネルギーに変える
豚肉・ウナギ・エタマメなど
- ビタミンC**
体の働きを調節する
イチゴ・レモン・ブロッコリーなど

いもほりの季節です! サツマイモ豆知識

栄養満点!
食物繊維、ビタミン、カリウムなどを含み、栄養バランスに優れています。特にビタミンCが豊富。サツマイモのビタミンCは、ほかの野菜に比べて熱に強いので、調理しても栄養価があまり落ちません。

保存は常温で
サツマイモは寒さに弱いので、常温保存がお勧め。土を落とさず、表面をよく乾かしてから保存します。その際、ポリ袋には入れず、新聞紙でくるんで段ボール箱に入れ、風通しのよい所に置きましょう。

☆保育園でも、ビスケットモンブラン・芋まんじゅう・さつま芋ご飯・ふわふわ蒸しパンにさつま芋を使っています。

10月の活動予定



2024.10

日	曜日	行事	ぞうぐみ	きりんぐみ	うさぎぐみ	りすぐみ	ひよこぐみ	たまごぐみ
1	火		ワーク・散歩	10月の製作①「どんぐり拾い」	体育あそび(鉄棒)	戸外あそび(砂場)	戸外あそび(中庭)	戸外あそび(園庭散策)
2	水		英語教室・鍵盤ハーモニカ練習	英語教室・散歩	英語教室・10月の製作①「どんぐりの木」	ゲームあそび(ボール)	ブロックあそび・身体測定	大型ブロックあそび
3	木	音楽教室	10月の製作①「ハロウィン」	音楽教室・戸外あそび(ボール)	音楽教室・月刊誌	音楽教室・戸外あそび	体育あそび(サーキット)	散歩(園周辺)
4	金	リズム教室(ぞう組)	リズム教室・ゲーム(いすとりゲーム)	月刊誌・戸外あそび(砂場)	絵の具あそび(フィンガーペイント)	戸外あそび(固定遊具)	粘土あそび	シールあそび
5	土		運動あそび(マット)	リズムあそび	戸外あそび(スクーター・三輪車)	コーナーあそび(ぬり絵・ひも通し等)	室内遊具あそび	室内あそび(大型遊具)
6	日							
7	月		ワーク・運動あそび(なわとび)	散歩	10月の製作②	散歩	室内ゲーム(玉入れ)	戸外あそび(園庭・固定遊具)
8	火	体育教室(以上児)	体育教室・敬老祝賀会リハーサル(上庄小)	体育教室・ワーク	体育教室・シールあそび	コーナーあそび(ぬり絵・ひも通し等)	戸外あそび(砂あそび)	足型とり・戸外あそび(中庭)
9	水	内科検診(13時～)	英語教室・室内ゲーム(だいこんゲーム)	英語教室・戸外あそび(固定遊具)	英語教室・足型とり	粘土あそび	ままごとあそび	体育あそび(マット・鉄棒)
10	木		ワーク・戸外あそび(固定遊具)	どろんこあそび	体育あそび(平均台・マット)	10月の製作①「ハロウィン」	シールあそび・足形スタンプ	身体測定・戸外あそび(中庭)
11	金	ピクニック(瀬高交番)きりん組・ぞう組	ピクニック(瀬高交番)	ピクニック(瀬高交番)	ピクニック	ピクニック	ピクニック	ピクニック(旧上庄小)
12	土	ふれあい保育・試食会(うさぎ組)	戸外あそび(鬼ごっこ・ゲームあそび)	戸外あそび(鬼ごっこ・ゲームあそび)	ふれあい保育・試食会	戸外あそび(砂場)	ブロックあそび	室内あそび(ブロック)
13	日	敬老祝賀会(ぞう組)	敬老祝賀会					
14	月	スポーツの日						
15	火		経験画(ピクニック)	自由画(ピクニック)	戸外あそび(固定遊具)・10月製作③	10月の製作②	戸外あそび(中庭)	戸外あそび(砂場)
16	水		英語教室・戸外あそび(ケイドロ)	英語教室・運動あそび(鉄棒)	英語教室・ゲームあそび(ボール当て)	月刊誌	室内ゲーム(カード)	体育あそび(JPクッション)
17	木		10月の製作②	室内ゲーム(フルーツバスケット)	粘土あそび	戸外あそび(かけっこ)	戸外あそび(固定遊具)	散歩(園周辺)
18	金		ワーク・運動あそび(鉄棒)	10月の製作②	戸外あそび(砂場)	10月の製作③	体育あそび(サーキット)	感触あそび(ウォーターシート)
19	土		戸外あそび(砂場)	戸外あそび(しゃぼんだま)	戸外あそび(ボール・かけっこ)	ゲームあそび(お引越しゲーム)	室内遊具あそび	室内あそび(玩具)
20	日							
21	月		10月の製作③	散歩	散歩	体育あそび	戸外あそび(砂あそび)	戸外あそび(コンビカー・散策)
22	火	体育教室(以上児)	体育教室・ワーク	体育教室・室内ゲーム(はないちもんめ)	体育教室・戸外あそび(砂場)	戸外あそび(固定遊具)	スタンプあそび	魚つりゲーム
23	水		英語教室・戸外あそび(固定遊具)	英語教室・10月の製作③	英語教室・戸外あそび(しっぽとりゲーム)	散歩	ままごとあそび	散歩(園周辺)
24	木		散歩	ワーク・戸外あそび(大型遊具)	自由画・シールあそび	自由画	散歩	ままごとあそび
25	金	誕生会	誕生会・戸外あそび(リレー)	誕生会・いすとりゲーム	誕生会・室内あそび(いすとりゲーム)	誕生会・園庭あそび	誕生会・風船、ボールあそび	誕生会・中庭(固定遊具)
26	土		運動あそび(鉄棒・マット)	戸外あそび(砂場)	室内あそび(お絵描き)	戸外あそび(ボール・三輪車等)	ブロックあそび	室内あそび(大型遊具)
27	日							
28	月	体育教室(未満児)	自由画(絵の具)	ハロウィンぬりえ・戸外あそび(園庭)	体育あそび(鉄棒)・戸外あそび(固定遊具)	体育教室・戸外あそび(ゲーム)	体育教室・ブロックあそび	体育教室・ブロックあそび
29	火	ミニコンサート・芋まんじゅう作り	ミニコンサート	ミニコンサート	ミニコンサート	散歩	戸外あそび(固定遊具)	戸外あそび(砂場)
30	水		英語教室・戸外あそび(ゲーム)	英語教室・運動あそび(とび箱)	英語教室・ぬり絵	体育あそび	お絵描き	お絵描き
31	木		鍵盤ハーモニカ練習・戸外あそび(固定遊具)	ハロウィンバスケット・散歩	散歩	ゲーム「ハロウィン」	粘土あそび	散歩(園周辺)



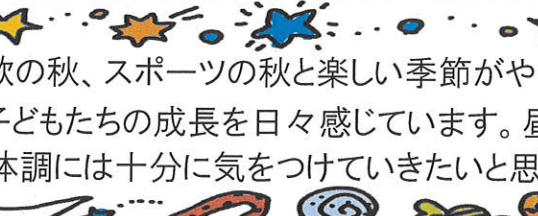
☆クラスだより☆



今月の目標
外で元気に遊びましょう



秋本番。食欲の秋、スポーツの秋と楽しい季節がやってきました。あつという間に半年が過ぎ、子どもたちの成長を日々感じています。昼夜は気温差が大きくなってきましたので、体調には十分に気をつけていきたいと思います。



ぞうぐみ
まだまだ暑い暑さが続き、毎日のシャワーを楽しみにしています(笑)
先日の祇園元気会ではおじいちゃん、おばあちゃんに「かわいかな〜」「上手やったよ〜」とたくさん声をかけてもらい照れ笑いの子ども達でした。今は敬老祝賀会に向け、子ども達が曲を決めて歌やダンスの練習を楽しんで取り組んでいます。
先日は、色水あそびで色々な色を混ぜて、一人一人違った色水を作りました。「こんな色になった!」「こんな色えのぐないよね!」と大興奮!!色水を凍らせて、翌日は水でお絵描き。「え!水でかくの?」とビックリながら、いつもと違う感触に「うわ、とけてきた〜」「いろがくつついたあ〜」と声に出しながら楽しく描いていました。
10月は散歩に出かけ、草花や虫の鳴き声で秋を感じたり、鉄棒やマット、なわとび等たくさん身体を動かしていきたいと思っています。(宮本)

きりんぐみ
朝夕が次第に涼しくなり、秋らしい気候になってきました。9月には暑さがまだ残っており、どろんこ遊びやシャワーなどをして暑さを乗り切りました。また、虫とりに出かける時「とんぼ捕まえる!」や「バッタ捕まえる!」など、やる気満々で虫とり網を持って、虫を追いかける姿が見られました。10月からはピクニックに出掛けました。夏には散歩に行く機会が少なかったため、散歩をしながら少しずつ歩ける距離を伸ばし、健康な体づくりをしていけたらと思います。涼しくなり、体調を崩しやすくなることもあると思いますので、子ども達の体調の変化に気をつけて元気に過ごしていきたいと思っています。(川野)

うさぎぐみ
少しずつですが暑さも和らぎ体を動かすにはいい季節となってきました。園庭を元気いっぱい走りまわったり、バッタやカマキリ等の昆虫を見つけて「先生ー。虫がおるー。」と大興奮の子ども達。今月は散歩に出かけて秋の虫を見つけたら、どんぐり拾いに行き秋の自然に触れて楽しみたいと思います。また、少し先ですが、12月のハッスルマッスルに向けて鉄棒の足抜き回りや前回り、マット等の色々な体育あそびに挑戦しています。ケガのないよう取り組んでいこうと思います。
10月も引き続き、サンダルを毎日持ってきて頂くようお願いいたします。園にお預かりしてよい時はお声かけ下さい。(黒田)

りすぐみ
先日、泥んこ遊びをしました。最初は触っていいのかな?汚れてもいい?とドキドキしていた皆。何人かが触り始めるとあつという間に皆泥んこの中へ。穴に水を溜めたり車で泥を運んだり泥んこの中へダイブしたり...夢になって遊んでいました。これから「楽しかった!またやりたい!」を沢山聞けるよう過ごしていきたいと思っています。
食事では上手に食べられるようになってきました。「集まれしてー」と言うときも一生懸命「集まれ!」を頑張っています!!お箸への移行も見据え、スプーンの持ち方の声掛けをしています。りす組の入り口にイラスト付きで貼っておりますので参考にされて下さい。よろしくお願ひします。(松村)

ひよこぐみ
最近では先手が器用になり、ズボンの着脱がスムーズになってきたことも達です。トイレトレーニングも頑張っています。
ブロック遊びでも組み立てが上手になり、段々と自分のイメージした物を作れるようになってきました。作った物から見立て遊びに発展する事も増え、ブロックで作ったアイスやおにぎりをを使って、「どうぞ」「ありがと」「あ〜ん(食べ真似)」等、保育士や友達とのやりとりを楽しんでいます😊
今後も、砂遊びや粘土遊び、製作など、手や指を使う遊びを取り入れ、楽しく遊べながら手指の発達を促していきたいと思っています。(廣松)

たまごぐみ
暑い日が続きなかなか戸外に行けず、窓から外を眺めては指差す姿が見られるたまご組。お部屋のドアが開くと歩くスピードが速くなります。歩くのも上手になり、いろんな所に散策に行きたい気持ちがいっぱいです。お部屋では好きな絵本をくり返し読んでもらったり、歌に合わせて体を動かしたり、手を叩いたりする姿がとてもかわいいです。
今月は戸外あそびや散歩に出掛け、思いきり体を動かして楽しみたいと思います。気温差も少しずつ大きくなり、体調を崩しやすくなりますので、健康に気をつけながら元気に過ごしたいと思っています。今月も新しいお友だちが増えます。更に賑やかさがアップしそうです。(田中)