



# おひさまだより

平成30年10月1日  
 社会福祉法人えどがわ  
 西篠崎おひさま保育園  
 No.114

厳しかった夏から急に秋へと季節が変化し、すすきや秋の花がみられるようになりました。先日の運動会では、日ごろ行なっている体操活動や成長を見て頂き、たくさんの声援を送って頂きましてありがとうございました。

体操活動を通して身体を鍛えることはもちろんですが、最後まであきらめない気持ちや仲間と協力してやり遂げる楽しさを学ぶことが出来たと思います。子供たちの頑張る姿は、大人に感動を与えてくれますね。秋と言えば食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋と言われています。今年は、夏の天候の影響で果物の実りが良かったそうですが、野菜は暑さと水不足で収穫が少ないそうです。

食欲の秋を迎える子供たちに実りを教えるためには、誰かが作ってくれているから食べられる野菜も果物も、そして肉や魚は生き物の命を頂くことです。ちょっと難しいと思いますが、ご飯をお腹いっぱい食べられる幸せがあると言うことを、絵本などを活用してお話してみませんか？

裕福な時代だからこそ、物を大切にしていこうとしっかりと伝えて行きたいと考えています。保育園では、さまざまな絵本を通して食育活動を行っています。食べることは生きていくために必要なことです。なんでも好き嫌いなく食べられるように育ててくれることが私たちの願いです。

食欲の秋...たくさん食べて寒い冬に向けて元気な身体作りをしていきたいと思ひます。

園長 猪狩 明美



## 遠足のお弁当！！10月は幼児クラスで遠足があります。

遠足の楽しみという子ども達は「お弁当！」と答えます。

そこで、保育園のお弁当のポイントをいくつかご紹介します。

- ① お子さんに何を入れて欲しいかリクエストを聞いてみましょう。
- ② 食べやすいものを入れましょう。手づかみ出来るおにぎりやサンドイッチもいんですよ。  
(大き過ぎるもの、ぼろぼろ、ぼたぼた落ちるおかずは大変です)
- ③ 量が多くなると、食べきれません。適量を入れましょう。(食べきれない子が多いです)
- ④ 気温が高い可能性もあります。傷まない具材を選びましょう。
- ⑤ 自分で開けられるお弁当箱、お弁当を入れる袋などを使いましょう。  
(開けて～！やって～！は困ります。練習してみるのもいいですね。)
- ⑥ 子どもの喜びそうな工夫やフルーツを入れることも楽しみの一つですね。

♪毎日、食べている給食も美味しいですがやっぱり、お母さんが作ってくれたお弁当はもっとおいしい事でしょう。「おいしかったよ♪」の声を楽しみにお弁当を作ってあげて下さいね。  
 夕食をお弁当箱に入れて出してみるのも、見た目が変わっていつもより食べてくれるかもしれませんね。試してみてください。



## 10月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1 運動会 (予備の予備日) 衣替え	2	3	4 Y体操	5 心理士さん	6
7 区民祭り	8 体育の日	9 英語で遊ぼう	10	11 体操	12 遠足3歳	13
14	15	16 心理士さん 和みタイム 担当…鈴木(ま) 扇谷	17 おひさま kids	18 Y体操 身体測定	19 遠足4,5歳	20
21	22 英語	23 内科検診 英語で遊ぼう	24 誕生会	25 総合避難訓練	26	27 サンキッズ 衣類交換会
28	29 英語 (ハロウィン)	30	31	★11/20(火)に予定していた内科検診が 10/23(金)に変更になりました。		

### 《11月の予定》

1日(木)Y体操 5日(月)七五三・第1回発表会リハーサル 8日(木)体操 9日(金)実りの会 12日(月)英語  
 13日(火)英語で遊ぼう 14日(水)和みタイム・第2回発表会リハーサル 15日(木)Y体操 19日(月)身体測定  
 20日(火)保育園祭り 21日(水)誕生会 22日(木)体操 26日(月)英語 27日(火)英語で遊ぼう 29日(木)体操  
 30日(金)発表会最終リハーサル ※6日(火)、16日(金)おひさま kids



### 遠足のお知らせ

#### ★3・4・5歳児保護者の皆様★

10/12(金)は3歳(歩き遠足)、10/19(金)は4,5歳(公共の交通機関を使用)の遠足を予定しています。お弁当の用意をお願いします。詳細は後日、お手紙を配布しますのでご覧ください。

(※保護者の参加はありません)

雨天中止ですが、雨天の場合でもお弁当の準備をお願いします。