

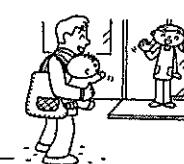
# 10月の園庭たより

園庭の木々も少しずつ色づいて秋の深まりを感じる季節となりました。食欲の秋・スポーツの秋。運動会では、また一步成長した子ども達の姿をご覧いただけたかと思います。

朝夕と日中の寒暖差で体調を崩している子もいますが、季節を感じられるように戸外遊びを十分に楽しみたいと思います。今月もよろしくお願ひいたします。



- 朝夕と日中の寒暖差がありますので、調節しやすい服装で登園させてください。
- 衣替えの時期になり、衣服に記名のないものがありますので、必ず記名をお願いします。
- 普段の登園時間より遅くなる場合または欠席の連絡は、9時までにお願いします。連絡がない場合は、こちらから出欠の確認のため連絡させていただきます。
- 予定のお迎え時間（連絡帳に記入した時間）より30分以上遅くなる場合も連絡をお願いします。



## 頑張ったね！運動会

1日(土)の運動会に、おいでいただきありがとうございました。子どもたちの成長を少しでも感じていただくことができたのではと思っています。保護者の皆様にも、いろいろな面でご協力いただきながら、無事に開催できたことを嬉しく思います。

1歳児さんも、2歳児さんも暑さの中、最後まで頑張ってくれました。

暑い中、ご声援ありがとうございました。



# クラスのよろず

## 0歳児

お外が大好きひよこ組。靴を履くと喜んで歩きだす子どもたち。保育士と手をつないで一生懸命歩く姿は本当にかわいいです。道に生えている草花を見つけては、指をさして、「見つけたよ！これなあに？」とアピール。その度足を停めては見たり、触れたりしています。これからも、天気の良い日は、子どもたちと一緒に秋を見つけに出かけたいと思います。



## 1歳児

生活の流れが分かるようになってきた子どもたち。食事の際にエプロンを付けたり、おしぶりを給食袋に入れたりなど、保育者の声掛けで準備や片づけをやってみようとすることが増えてきました。ズボン、靴下、ズックなどの着脱にも興味がでてきて、自分なりにやってみようとする姿も見られるようになりました。



## 2歳児 『運動会ごっこ楽しinです！』

運動会。たくさんの頑張りを見せてくれた子ども達でした。お父さんとお母さんに応援してもらい、練習より張り切る姿が見られました。運動会の練習をきっかけに、遊びの中でもリレーごっこや行進を真似して歩く姿が見られています。子ども達が自分で「運動会しよう」「ピッピッって歩くよ」と運動会ごっこを始める姿に成長を感じます。

運動会は終わりましたが、ごっこ遊びとして取り入れながら余韻を楽しみたいと思います。



令和4年10月3日  
学校法人 明正学園  
さかき保育園

## 行事予定



- |         |                                    |
|---------|------------------------------------|
| 1日 (土)  | 運動会                                |
| 5日 (水)  | 幼保合同避難訓練<br>晴天時は、消防車と記念撮影を予定しています。 |
| 11日 (月) | 発育測定                               |
| 20日 (木) | なかよしランド                            |
| 28日 (金) | 誕生会                                |

## 10月生まれのおともだち

### 1歳 あたかひよこ組

3日 菅原 永瑛（とあ）くん



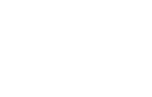
### 2歳

1日 清水 叶真（とうま）くん  
24日 佐々木 萩人（しゅうと）くん



### 3歳

12日 大塚 あさちゃん  
14日 阿部 音葉（おとは）ちゃん



きゅうしょくだより

お米のパワーを見直そう。

日本人の主食「お米」が収穫の時期を迎えます。

お米は、私たちのエネルギー源となり、タンパク質、ビタミン、ミネラルも豊富な栄養満点の食材です。

秋の味覚と合わせておいしい新米を味わいましょう。

味なしご飯は良いことがたくさん！

口の中でいろいろなおかずと混ぜながら食べましょう。



味を敏感に感じます。  
唾液がたくさん出ます。



唾液に含まれるホルモンは脳を活性化させます。  
パスタやパン（菓子パン）は、味が付いているので  
ご飯のようにはいきません。

ご飯は、腹持ちが良く太りにくい！  
粒上のご飯は、エネルギーがじわじわ燃え、  
腹持ちが良く、粉が原料のパンやじゃが芋に  
比べて太りにくいという特徴があります。

ほけんだより

10月10日は、目の愛護デーです！

子どもの目は発達中

生まれたばかりでは、明るいか暗いかがわかる程度の視力しかありません。その後、徐々に視力が発達し、個人差はありますが、6歳ぐらいで大人と同じくらい見えるようになります。それまでがもっとも目の発達に大切な時期であります。



目の健康に良い生活習慣

①さまざまなものを見る機会を増やす。

視力は、外界からの刺激を受けて、目を正しく使うことで発達していきます。特に、戸外でいろいろな物を見る経験を増やすことは大切です。

②良い姿勢を保てるようにする

絵本を読んだり、絵をかいたりする時に姿勢が悪いと、目との距離が短くなり、近視がすすむ原因になります。子どものうちに良い姿勢を身につけましょう。

③テレビ、スマホの長時間使用は避ける。

パソコンやタブレット、スマートフォン、ゲームなどを長時間使用すると、目の疲れ、充血、ドライアイなどを引き起こします。子どもは、目の調節力が集中している時、目の疲れを感じ取ることはできませんが、確実に疲労しています。