

10月の園だより

R2.9.30 あしきた・まちのこども園☺発行

心地よい風が吹く中、園庭を駆けまわる子どもたちは小さな秋探しに夢中になっています。皆さんにとって秋といえば・・・？読書、運動それとも食欲？お店にも栗や梨、さんまといった秋の味覚が並び始めましたね。また、朝晩は肌寒さを感じるようにもなり、咳や鼻水が出ているお友達もちらほら。季節の変わり目はお肌だけでなく、肺も乾燥し始めるそうです。そんな時は秋の恵み、きのこを使ったお料理がおすすめです。椎茸、しめじ、えのきだけ、舞茸・・・と種類の豊富なきのこは、その約 90 パーセントが水分ということで、体の内側から潤いをもたらしてくれるこの時期おすすめの食材です。旬の食材にはその時期に食べる意味があるのですね。ぜひ食卓に取り入れてみてください。

また、秋の夜長には虫の声に耳を傾けながら、親子で読書を楽しむのはいかがでしょうか。最近読んだ本に、子どもたちに理想的な子ども時代を過ごさせる手だては、『たっぷり愛情をそそぎ、支えを十分にあたえ、思いっきり遊ばせ、たくさん本を読んであげることである。』とありました。仕事に家事に育児にと日々目まぐるしい生活の中ではあると思いますが、子どもたちがお布団に入る前のほんのひと時を、お子さんを膝にのせてぜひ一緒に絵本を読んでみてください。本は子どもの人生を豊かにし、広い世界へ導いてくれ、そして親子の絆をより深めてくれるものだと思います。わが子が大きくなるにつれて、あと何年この子を抱っこして本が読めるのかな～とふと寂しくなることがあります。今というこの時期を大切にしていきたいですね。

さて、10/3(土)はいよいよ運動会です。遊んでいる子どもたちも自然と遊戯の曲をロずさんでいたり、園庭ではあちらこちらで“よーいどん”のかけっこが始まったりと、とても楽しみにしている様子です。今年はソーシャルディスタンスでの応援になりますが、ぜひ一緒に子どもたちの輝く姿を見守って頂ければと思います。また、前日の準備はお忙しい中ですがどうぞ宜しくお願いいたします。



日	月	火	水	木	金	土
				1	2 整地作業	3 第45回運動会
4 	5	6 地震訓練	7 SUP 体験 (ゆり)	8 歌唱指導 (ゆり、さくら)	9 交通安全教室	10
11 	12	13	14 シオマネキ観察会 (ゆり)	15	16	17
18 	19 運動遊び	20	21	22 身体測定	23 誕生会	24
25 	26 火災訓練	27	28	29 音体研修 (ゆり、さくら)	30	31



10月生まれのお友達



2日：R. Tくん (3歳) 4日：S. Mくん (6歳)
 5日：E. Sくん (3歳) 10日：I. Iくん (5歳)
 16日：M. Fさん (5歳) 19日：O. Kくん (5歳)
 27日：J. Sさん (5歳)
 18日：N. S先生 24日：E. A先生 26日：M. O先生

