

10月 オーガニック給食 献立表

◎10月の給食目標は『良く噛んで食べよう』です。
よく噛んで食べるように、ちくわやりんごなど噛みごたえのある食材を多く取り入れました。

日	曜	昼食	おやつ	夕食
1・22	水	●玄米入りご飯 ●鶏肉のマーマレード煮 ●大根葉のツナ和え ●なすのみそ汁	●玄米せんべい	●玄米入りご飯 ●ぶりの葱マヨ照り焼き ●春菊と油揚げのお浸し ●小松菜のみそ汁
2・16	木	●玄米入りご飯 ●カレイの野菜あんかけ ●かぼちゃサラダ ●おくらのみそ汁 ●りんご	●ピザパン ●するめ	●赤みそのマーボー豆腐丼 ●春雨サラダ ●わかめスープ
3・17	金	●玄米入りご飯 ●豆腐ナゲット ●ハリハリ漬け ●山東菜のみそ汁	●りんごとクリームチーズのホットケーキ ●おしゃぶり昆布	●ひじき納豆ご飯 ●さばのカレー風味焼き ●きゅうりとじゃこのサラダ ●さつま芋のみそ汁 ●バナナ
4・25	土	●しらすチャーハン ●京菜とハムの和え物 ●豆腐の中華スープ	●豆乳ドーナツ ●いりこ	●玄米入りご飯 ●ローストチキン ●ラディッシュのゆずドレッシング ●切り干し大根のみそ汁
6・20	月	●玄米入りご飯 ●チーズつくね ●小松菜のごま和え ●しいたけのすまし汁	●バナナパウンドケーキ ●するめ	●玄米入りご飯 ●カジキの竜田揚げ ●わかめと桜えびのサラダ ●かぼちゃのみそ汁 ●バナナ
7・21	火	●さんまの蒲焼き丼 ●おくらと梅和え ●冬瓜のみそ汁 ●りんご	●かぼちゃ蒸しパン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●肉豆腐 ●じゃが芋の塩昆布和え ●京菜のみそ汁
8・29	水	●玄米入りご飯 ●豚さつま ●しまうりのみそマヨ和え ●にらのみそ汁	●コーンクッキー	●玄米入りご飯 ●カレイのタルトリー風 ●京菜とりんごのサラダ ●高野豆腐のみそ汁
9・23	木	●玄米入りご飯 ●めだいのムニエル ●山東菜のソテー ●じゃが芋のみそ汁 ●バナナ	●カルシウムトースト ●するめ	●玄米入りご飯 ●鶏肉の唐揚げ ●チンゲン菜の土佐酢和え ●いんげんのみそ汁
10・24	金	●秋野菜の手作りポークカレーライス ●海藻サラダ ●いちごジャムヨーグルト	●お好み焼き ●いりこ	●玄米入りご飯 ●スズキのごまだれかけ ●切り干し大根の煮物 ●かぶのみそ汁 ●りんご
27	月	●玄米入りご飯 ●鶏肉のトマトクリーム煮 ●フレンチサラダ ●大根のみそ汁	●スイートポテト ●するめ	●玄米入りご飯 ●鱈のタルタルソース焼き ●小松菜の磯和え ●里芋のみそ汁 ●バナナ
14・28	火	●玄米入りご飯 ●秋鮭のちゃんちゃん焼き ●いんげんとチーズのサラダ ●わさび菜のみそ汁	●きのこの炊き込みおにぎり ●おしゃぶり昆布	●けんちんうどん ●大学芋 ●なすの漬漬
15・30	水・木	●ソースチキンカツ丼 ●かぶの甘酢漬 ●チンゲン菜のみそ汁	●はとむぎおこし ●30日:誕生会おやつ	●玄米入りご飯 ●めだいのゆかり焼き ●冬瓜としらたきの煮物 ●赤みそのみそ汁 ●りんご
18・31	土・金	●玄米入りご飯 ●あじのピザ風焼き ●きのこサラダ ●春菊のみそ汁 ●バナナ	●カステラ、いりこ ●31日:ハロウィンおやつ	●焼肉丼 ●わさび菜のしらす和え ●大根葉のみそ汁

今月の平均 (昼食+おやつ+夕食)の合計	乳児平均	エネルギー 778cal	たんぱく質 30.6g	脂質 24.8g	食塩(ナトリウム量) 2.0g
	幼児平均	エネルギー 972cal	たんぱく質 38.2g	脂質 31.0g	食塩(ナトリウム量) 2.5g

には、皮膚や粘膜を健康に保つ働きがあり、風邪をひきやすい秋冬に、積極的に摂っておきたい栄養素の一つです。

きのこ
一年中食卓に並ぶきのこも、秋が旬の種類が多くあります。

きのこは食物繊維とビタミンB1が豊富で、便秘解消や疲労回復につなぐための食材です。

きのこは洗ってしまつと風味が減少してしまつので、洗わずに食べましょう。

さつま芋
さつま芋にはビタミンA、ビタミンC、ビタミンB6、カリウム、マグネシウム、鉄などの栄養素が豊富です。

また、豊富な食物繊維が腸内環境を整え、便通を促進し、健康な消化器系をサポートします。

じゃがいも
主役にも脇役にも便利に使いまわせる、定番人気の野菜「じゃがいも」。

じゃがいもには、食物繊維、カリウム、ビタミンB1、ビタミンCなどの栄養素が含まれています。

ビタミンB1に関しては、文部科学省の成分データベースによると、いも及びでん粉類の中でじゃがいもが



「おのの」納税
discovery
(栄養士 五十嵐)

今回は主に給食で提供させて頂いた食材を抜粋させて頂きました。まだまだ旬の食材はたくさんあります。お買い物に行くとき、ご飯の時間などに子ども達と一緒に秋に触れて楽しんでみてくださね。

参考文献
「おのの」納税
discovery
(栄養士 五十嵐)

1番ビタミンB1が多いといふ「アヲ」になっていきます。

新米
今が旬の新米は、古米と栄養面ではさほど変わりませんが、新米は水分量が多く、もっちりとした香りが特徴です。

新米を炊くときはいつもよりも水分を気持ち少し少なくするのがコツです！

もつすく運動会!
園長 片野 清美

暑い夏も終わり、しづやすい秋になってきた気がします。先日(9月11日)保育園の4歳、5歳児のみんと職員とで千葉県三芳村のニコちゃん田んぼへと観光バスに乗って、稲刈りに行って来ました。バスから見える景色はやっぱり秋...とんぼがたくさん飛んでいました!! 皆様いかがお過ごしでしょうか。季節の変わり目で体調をくずしていませんか。どうかおうちで休んでください。

10月には大イベントがあります。みんな揃って運動会です。今年子どもたちは毎日、運動会を楽しみに練習を続けています。

また職員と保護者とのリレー戦でも盛り上がりを楽しみます。子どもたちの日頃の成長が見られます。どうかご期待下さい。おかげさまで保育園の定員もこの園よりも早く満員になりました。ありがとうございます。

職員も安定して保育がとて充実しています。みな頑張ってくれています。私も頑張っています。私もお頑張っています。児童相談所や支援センターがらみの仕事が多く本場に子どもたちの事を思うと、みな平等に働きあつて助けてあげたり協力出



来る事は行政と向き合つてあげたい。子どもと保護者が幸せになるよう努力してあげたい。いつも念じています。

皆様にご報告致します。

社会福祉法人杉の子会は、第二種社会福祉事業として子どもショートステイ事業を2027年4月1日より運営します。

内容は、

- ①子どもショートステイ
- ②要支援家庭を対象とした子どもショートステイ
- ③トワイライトステイ(宿泊あり)
- ④親子ショートステイ(宿泊あり)

24時間365日運営です。施設は保育園近くの大久保に建設致します。設計は今年度でいっぱい終わりで建築は2026年から2027年2月にかけて建築予定です。また詳しい事はお知らせ致します。この事業は本園に大切なもので親子が幸せになる為利用できる居場所を作りたいと思つています。現在、新宿区と協議中です。職員には周知致しました。P.S.17才7ヶ月の柴犬のゆずは長生きしています。年をとつてもかわいいものです。

クチコミ投稿をお願いします!
励みになります!
QRコード



英会話

今年度より火曜日の英会話クラスを担当しております。石塚重希です。

いつも元気いっぱいアクトイブに参加してくれるエイビイシイkidsの皆さんに会えることを、毎週楽しみにしております。

皆さんに「楽しい!」「もつとやってみよう!」と思つてもらえる。えいごタイムとなるよう、毎月テーマを変え、楽しく学べる仕掛けを盛り込んでいきます。

3歳児さん、5歳児さん

まで、年齢に合わせて英語のsongs, dialogues, games&activitiesなど豊富なメニューを毎回のレッスンにバランスよく取り入れながら、お子様達になるべく自然に英語に親しんでもらい、英語への興味を芽生えを持って、育んでもらえたらとても嬉しいです。

この、えいごタイムが、お子様一人一人にとっての成長の一助となれば幸いです。毎週火曜日の午前中に園内にお邪魔しておりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。

(ベネッセビスタスタジオ石塚)

子育て深夜便 <見上げてにっこり!>



今月はたまたま組のお泊まりの様子をご紹介します。夕食を皆で食べ終わったらお風呂の時間です!お風呂が大好きなので、シャンプーの時も機嫌です。しっかりと流したらお湯に浸かります。この時、「今日はなんのおもちゃかな」とおもちゃ入れを見つめる仕草がとっても微笑ましく思います。

特にお気に入りなのが、水に浮かぶアザラシや、イルカ・シロクマのおもちゃで、真っ先に手を伸ばしています。

また、お風呂につかっていると、楽しそうに、バシャバシャとお湯を叩き、チャット、保育者を見上げてにっこりと、笑ってくれます。気持ちがいい!楽しい!が伝わり、私達も幸せな気持ちになります。これからも、お風呂の時間が楽しいと思える日が、続けられるように、大切に過ごしていきたいと思つています。

(保育士 三上)



「今月のねらい」
 ★一人ひとりの子どもたちの体調に配慮し、健康に過ごせるようにする。
 ★保育者や友だちと一緒に、秋の自然の中で身体を動かして遊ぶ事を楽しむ。
【先月の姿】
 ★製作大好き★
 子ども達が大好きな製作を行う事が多く、椅子に座ったままでも、お友達と協力して製作する姿が見られました。



★絵本大好き★
 たまご組の子どもたちは、絵本が大好きで、お友達と協力して製作する姿が見られました。また、活動中も、子ども達から絵本の棚を指さして、「この絵本が読みたい」というリンクエピソードを伝えてくれます。



★歩く姿は、とても可愛らしく、子ども達の経験となつていきます。
 まだ靴に慣れるまでは時間がかかりますが、少しずつ歩けるようになって、1歩ずつ歩く姿は、とても可愛らしく、子ども達の経験となつていきます。また階段登りが大好きな子ども達は、上から下まで何回も登ることを飽きることもなく行っています。以前は、途中で抱っこをしてほしいと甘える姿がありましたが、だいぶ体力もつき、子ども達もパワーアップして毎回行っています。

（保育士 関口）
 引き続き室内でも、沢山身体を動かしていきたいと思っております。そして、子ども達一人ひとりを、担任全員でこれからも温かく見守っていきます。



予定表 10月 2025年

日	曜	日程	日	曜	日程
1	水	身体測定(ひよこ)	17	金	健診(全園児)
2	木		18	土	
3	金	身体測定(たまご・あひる)	19	日	
4	土		20	月	幼児遠足(3・4才)
5	日		21	火	
6	月	防災館(4・5才) 身体測定(うさぎ・きりん)	22	水	
7	火	身体測定(こぐま・りす)	23	木	
8	水		24	金	
9	木		25	土	
10	金		26	日	
11	土	★運動会	27	月	
12	日		28	火	誕生日会
13	月	スポーツの日	29	水	
14	火		30	木	
15	水		31	金	
16	木	避難訓練			

★印は保護者が必ず参加の行事です。
 ※あくまでも予定ですので変更になる事もあります。
 変更になる場合は貼り紙、お便り等でお知らせ致します。

保健

目を合わせる、アイコンタクトは「コミュニケーションの基本」と言われます。おうちのかたもお忙しい毎日だと思いますが、お子さんと目を合わせて話す時間をとることが大切です。

よく見えていないサインかも？
 ・極端に顔を近づける
 ・顔を傾けて見る
 ・片方または両方の目を細める
 ・寄り目になっている
 ・目の方向がずれている
 ・眼球が振動している
 ・目の色が濁っている
★動作など
 ・反応が鈍い
 ・集中力がなく、飽きっぽい
 ・転びやすい
 ・ボール遊びが苦手
見る力を育てるポイント
 ・明るさのメリハリのある生活を。日中は光を浴び、夜は暗くして眠りましょう。

広い空間で、体と目を動かす機会を。全身運動は眼球、視神経、脳の発達を促します。
 ・いろいろなものを見る体験が目には良い刺激になります。
 ・テレビやゲームは時間を決めて。テレビは正面から見る。いつも横目で見ていると、視力に左右差が出ることも。
 ・またスマートフォンなどで、狭い範囲の平面画像をみることは、目の負担となるので、乳幼児は控えた方が良いでしょう。

子どもの視力検査のはなし

3歳になると視力検査ができるようになってきて、ほぼ正確に視力がわかるようになります。
 ・正常なら、3歳を過ぎるとほぼ1.0の視力がありませんが、検査に慣れていないことも多いので、0.7くらいでも正常と判断します。
●弱視って、何？
 子どもはいろいろな物を見て使う事で、発達していきます。何かの原因で、目を使わない状態が続くと、視力の発達が止まってしまう。この状態が弱視です。早く見つけて治療すれば、多くの場合視力が回復します。
●斜視って、何？
 左右の黒目の位置がずれた状態です。眼球を動かす筋肉や神経の病気、遠視、両眼視の異常、視力不良など、原因はいろいろあります。まずは眼科専門医を受診してください。メガネや手術、訓練などの治療法があります。

給食記事

★秋といえは食欲の秋！
 10月になり、夏の厳しい暑さも和らぎ、日に日に過ごしやすい季節になりました。エイビィシイ保育園の給食に使われる野菜も、すっかり秋模様になってまいりました。季節ごとに旬の食材が移り変わるの、四季のある日本ならではの楽しみです。旬の食材を食べる事で、季節がめぐる喜びを感じることが出来ます。

食欲の秋だねー



★夏の疲れを癒やして冬へ向かう！秋野菜の特徴★
 秋はいわば季節の変わり目です。夏の暑さで疲れた体を癒やして、寒さの厳しい冬に向けてエネルギーを蓄える時期です。秋の野菜は弱った体を回復するのにうってつけ！夏は胃腸が弱りやすい季節で、食欲がなくなり体重も落ちやすい傾向があります。

★秋が旬の食材★
かぼちゃ
 ほぐし甘さとほくほくとした食感が特徴のかぼちゃ。かぼちゃには、βカロテン、食物繊維、ビタミンCなどの栄養素が豊富に含まれており、免疫力の向上などの効果が期待できます。
リンゴ
 調理方法によって味や食感が変わってくるリンゴ。リンゴには、でんぷん、ビタミンC、食物繊維、カリウム、カルシウムなどの栄養素がたっぷり含まれています。そのため、秋から冬にかけての健康維持にも効果的な野菜と言えます。
にんじん
 さまざまな料理に活躍できるにんじん。にんじんには、βカロテン、カリウム、食物繊維、ビタミンC、葉酸などが含まれています。
 向にありますが、秋の野菜は消化吸収がしやすく栄養も豊富なので、弱った胃腸にピッタリ！また、来る冬に備えてエネルギーをためられるように、炭水化物を含む野菜が多いのも特徴です。今回は、今が旬の秋の食材を紹介したいと思います★



【先月の様子】
 ★運動会練習★
 いよいよ数日後に行われ

8月・9月と立て続けに遠征があり、経験画を描きました。アスレチック、花火、水族館、稲刈りなど思い出に残るメ

★製作★
 経験画の他に、運動会に向けて万国旗を描きました。国旗の本の中からそれぞれ好きな国旗を選び、初めて定規を使ったりちょうど丸のアイテムを探してきれいな丸を描いたり工夫しました。難しい国旗を選んだ子ども神経を研ぎ澄ませて頑張っていました。色とりどりの国旗が保育室に飾ってあるのでじっくり見てみてください！

（保育士 鈴木）



【今月のねらい】
 ★十分に休息を取りながら遊びや活動に取り組む。
 ★団結力を高めていく中で目的を達成することの喜びを味わう。

る運動会！これまでたくさん練習を重ねてきたきりん組さん！
 体操教室での練習から始まったのですが、最初は普段の体操教室の中で徐々に取り入れてきました。一人技はバランスを維持することが難しくグラグラしていたり、手足が真つすべにならなかつたりしていたのですが、できていた友だちから刺激を受け、今では余裕の表情を見せてくれます！次は二人〜七人技！友だちとの息を合わせないと完成しない二人〜七人技は、初めは「足上げてよー！こっ

ちでしよー！」などと言い争いになっていることもしばしば。。。でも、さすがきりん組！すぐにコツを掴むと相手の友だちのことも考えられるようになり、成功できることが増えていきました！一度の成功で自信に繋がりが、「ヤー！」の決め顔も堂々としてきました！最後は全員技！14人全員で息を合わせることは今までとは比べものにならないほど難しく、成功にも時間がかかりました。でも、子どもたちの諦めない気持ちは強く、みんなで支え合っていて姿にとっても感心しまし

た。成功した時の掛け声は自信に満ち溢れていて思わず拍手をしてみます！初めて取り組んだ組体操両手両膝をつける馬という基本の姿勢はできるだけではなく友だちの体重を支えるほど強くなければいけません。一人が崩れたら完成しないというプレッシャーを背負いながらみんなで練習を頑張ってきました！温かい目でご覧いただき、成功したら大きな拍手をお願いします！



インのことに加えてパスの中やお弁当、休憩タイムなど子どもたちにとっては全てが楽しい思い出です。何を描こうかな？と迷う子がほとんどですが、帰りのバスの中で「あれを描こう！」と決めていた子もいました。記憶をたどりそれぞれ最高傑作を描き上げました！廊下に掲示しているのでお子さんの作品を見てみてください！

経験画の他に、運動会に向けて万国旗を描きました。国旗の本の中からそれぞれ好きな国旗を選び、初めて定規を使ったりちょうど丸のアイテムを探してきれいな丸を描いたり工夫しました。難しい国旗を選んだ子ども神経を研ぎ澄ませて頑張っていました。色とりどりの国旗が保育室に飾ってあるのでじっくり見てみてください！

（保育士 鈴木）



【今月のねらい】
 ★保育者とのやり取りを通して、発語への意欲を持つ。
 ★個々の発達に添った運動をし、身体をのびのびと動かすことを楽しむ。
 ★行事を経験し、親子で触れ合いを楽しむ。



【先月の様子】
 ★運動遊び★
 9月も残暑が厳しく室内で過ごすことが多かったのですが、室内で沢山身体を動かせるような遊びを取り入れました。布団で傾斜を作り、その上にマットを置くことで子どもたちは夢中でハイハイで登ってみたい、滑り台のように滑ってみたいと楽しんでいました。最初は緩やかな傾斜でしたが、慣れてきてから少しずつ角度をつけていくと、登ることに時間がかかったり最後まで登り切れずに戻ってしまったりする子もいましたが、

回数を重ねていくとコツをつかんだよつでどんどん登れるようになっていきました。中には、歩いて傾斜を登っていく子もいて、バランス感覚の良さに驚きました。マットでトンネルを作ると、中を通ったり、反対側にいるお友だちにいないないばあをしたりする姿もあり、子ども同士のやりとりがとっても微笑ましかったです。サーキット遊び以外にも、サーキットを出してその上を歩く様子を見せると真似をして登ってみたり、保育者と一緒に手を繋いで歩いてみると、こちらもバランスを

とることが難しいですが、落ちないように上手にバランスを保って歩くことができていました。また、最近では音楽に合わせて踊ることを楽しめるようにリズム遊びを取り入れ、全身を動かすことを楽しんでいました。初めは保育者が踊る様子を見てポカーンとした表情をしていた子たちも、簡単な動きを真似してみたり、オリジナルの動きをしてみたりと、少しずつではありまが、リズムに乗って楽しめるようになってきました。子どもたちの興味を引き出しながら、全身を使った遊び

を存分に楽しんでいけるように活動に取り入れていきたいと思えます。

★布を使った遊び★
 遊びの中でハンダナや透ける素材の布などを取り入れてみると、おままだけではなく、顔を隠して見えないないばあをしたり、体に巻き付けてみたりしながら楽しむ姿が増えてきました。布でも様々な遊びがあり、子どもたちは見つけると「付けて〜！」と保育者の元へ持ってきていき、「同じのが欲しい」と、取り合いになる程人気です。ファッションとしてつけても

らうと、鏡の場所へ行き、自分の姿を確認している子もいてとても可愛いです。大きな布も取り入れてみると、布の上に寝転んだり、保育者が広げた布を下から覗いてみたり手を伸ばして捕まえようとしていたりしながら、友だちと一緒に楽しむ姿が沢山みられました。ひとつの活動に対して子どもたちの興味関心がとても広がってきているので、さらに興味を広げていけるように、様々な素材を用意していきたいと思えます。

（保育士 木浦原）



1才 あひるくみ



「今月のねらい」

★保育者に気持ちを受け止めてもらいながら意欲を持って遊びます。

★散歩や戸外遊びを通して秋の自然に触れる。

新年度が始まってから、早半年…あつという間に10月ですね。まだまだ暑い日は続いています。子どもたちは暑さに負けず毎日元気に過ごしています。

【先月の姿】

☆お祭りごっこ

あひるくみでお祭りごっこを行いました。ヨーヨーやボール投げ、お魚すくい、ポウリングをしました。またお面は、ジョージ、アンパンマン、ノントンの3つから自分で選び、クレヨンで色を塗って作り、それを頭につけてお祭りごっこを楽しみました。保育者が紐を持って遊び方を

進級した時は、お話が出来るようになった子どもたちも今ではお友だちや保育者と言葉のやり取りを楽しんでいます。これからも沢山の遊びを通して会話する楽しさを味わえるように関わってきたいと思います。

育者が準備をしているとすぐに興味を示し、目をキラキラさせながらじっと眺めていました。準備が終わるとすぐに、自分が遊びたいところに行き、楽しんでいました。ボール投げでは、お化けの口をめぐらせて、ボールを沢山投げしていました。始めは、近いところから投げたのですが、少しずつ慣れてきて離れた場所から投げることも挑戦していました。入れることができると、拍手をして喜んでいました。ヨーヨーでは、牛乳パックの中に鈴が入っており、音を出して楽しんでいました。遊び方が分からない子もいて、保育者が紐を持って遊び方を

伝えると、同じように真似をして楽しむ姿がありました。一人だけではなく、お友だちと面白さを共有しながらお祭りごっこをみんなで満喫しました！

☆リズム体操

あひる組はダンスが大好きです！音楽が流れると、自然に身体が動き出す子どもたち！その中でも人気の曲は「わーお」と「アンパンマン」です。曲の最後には、必ず可愛いポーズをしてくれるのがとても可愛らしいです！最近では運動会の準備体操の曲である、パインポー体操も踊っています。振り付けが少し難しいところもあり、中々踊れずにいたのですが、

保育者の真似をしながら身体をゆすんだり歌に合わせて手拍子をしたりしながら楽しく踊る姿が見られます。本番では元気いっぱい踊ってくれたこと、そしてこれからも室内でもたくさん身体を動かすことができる遊びを取り入れていこうと思います。

☆お散歩

暑さで外に出れない日が続いていましたが、外に出れる日はお散歩に行きました。活発になってきた子どもたちは、お散歩が大好きでお散歩の準備をする時、帽子を指さし、「早く行きたい！」という気持ちをアピールする姿もあります。また、靴下や靴を

自分で履こうと挑戦する子どもたち！中には履けるようになる子も増えてきました。これからも子どもたち自身でやってみようとする時間を大切に、準備の時間をゆとりを持ちながら、見守ってきたいと思います。

歩くのも上手になり、お友だちとも手を繋いで歩くことが出来るようになってきました。また、お散歩車に乗ってお散歩をすることが多くなった子も積極的に歩くようになってきました。今後も、全身を使い思いきり身体を動かして体力作りをしていきたいと思います。

(保育士 佐藤)

4才 うさぎくみ



「今月のねらい」

★目標に向かって友だちと協力して取り組み、達成感を味わう。

【先月の姿】

★稲刈り遠足★

にこちゃん田んぼに到着し、生長した稲と水を抜きたいと思えます！



新年度が始まってから、早半年…あつという間に10月になりました。秋の訪れと共に過ごしやすいくなり、子どもたちは毎日よく食べ、よく動き、元気に遊んでいます。体調管理に気を付けながら、深まる秋を満喫したいと思えます！

田植えの時は土の感触や生き物に戸惑ったり、泣いたりしていた子どもたちが、稲の生長を喜び、暑い中一生懸命稲を刈る姿に成長を感じました。子どもたちは農家さんから「上手だね！」「頑張ってるね！」と褒めてもらってニコニコと笑いが溢れていました。

自然がいっぱいの三芳村で稲刈りだけでなく、虫とりや自然観察も満喫することができました。

運動会に向けて★本格的にパラバルーンの練習に取り組んでいます。練習を始めた頃は楽しさが勝ってしまったり、動くタイミングや力加減が合わないことがありました。

かたりとかなか息の合った演技をすることができまわりました。しかし、練習を重ねていく中で、「優しく動かすんだよ」「ぶぎけたらダメだよ」と自分たちで声を掛け合ったり、カ

ウントする声と動きが揃ってきたりと全員で気持ちをひとつにして、力を合わせる事ができるようになりました。当日はうさぎ組の一致団結した、最高に格好いい姿を保護者の皆様にお届けしたいと思えます！ハンカチのご用意をお忘れなく！

★文字への興味★近頃、子どもたちは文字や数字への興味が高まり、読んでみたい、書いてみたいという気持ちを持っていきます。知っている文字や自分の名前と同じ文字を見つけて、大きな声で読み上げています。知らない文字にも「これはなに？なんて読むの？」と興味津々です。

遊びの中では、ひらがなや数字、アルファベット等を書くことを楽しんでおり、子どもたちは「お勉強する！」と張り切っています！この文字を書いてみましょう！「1111000は？」と学校ごっこをする姿や保育者に教わりながら友だちへお手紙を書く姿もあり、とても微笑ましいです。書くことがまだ難しい子も周りの子を真似て、自分なりの文字を書いて楽しんでいきます。かるたや言葉遊び、五十音表を取り入れ、より一層、文字に親しみや表現する楽しさを感じることができるようになっていきたいと思います。

(保育士 池田)



★秋の自然を感じながら興味や関心を広げて遊びを取り入れることを楽しむ。新年度が始まることから早半年となり、あつという

★季節の変化に応じて、衣服を調節し快適に過ごす。《遊び》

【今月のねらい】



間に10月となりました。秋と言えば、「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」「実りの秋」と楽しみの多い季節なので、楽しく遊びながら過ごしたいと思います。

【先月の姿】

《運動会全体練習》

戸山小学校や林の公園で全体練習をしました。開会式や閉会式で2列に並んで話を聞く姿勢であったり、3歳児クラスでは椅子体操とかけっここの練習をしました。椅子体操では、ペアの友だちを覚えて、「ぴー！やー！ぴー！」の音に合わせて動いたり声を出したりとする場面があります。



暑さも落ち着いてきてお散歩にも行けるようになりました。友だちと手を繋

《お散歩》

たくさん練習をして少しずつできることができてきました。また、3人1組でかけっこをします。名前を呼ばれて元気に返事をしてから「よいどん」の音でスタートします。最初は音でスタートができず、遅れてしまったりしていましたが音を聞いてスタートすることができるようになりました。運動会当日は緊張をしてみつかもかもしれません。温かい応援をお願いします。



いでしょうかと目的の地まで交通ルールを守って歩くことができてきました。地域の人達に「こんにちわ」と挨拶をしたり、横断歩道を渡る際は手をジャンと高く上げる姿も見られます。目的地に着くと水筒を置いて保育者の所に集まり遊びのルールを聞いてから遊び始めます。林の公園へ行った際は、いろいろなきのことあるね〜」「このきのこの名前はなんだろう？」と友だちや保育者とお話をしながら楽しく見る姿が見られました。また、鬼ごっこやかけっこをしました。広々

とした所で思いきり走って「鬼さんごちだよー」と言い、鬼も「待て〜！」と追いかけて遊びました。たくさん身体も動かして笑いあっていました。

《食育（ゴーヤ観察）》

6月にゴーヤを育て始めて、最初は「まだゴーヤできかないね」と言っていました。お当番を決めてからジョウロで「大きくなーれ！」と声を出しながらお水をあげていました。段々と大きくなってきて、黄色いお花も咲き始めて、ゴーヤができる「あそこにゴーヤある！」と大喜びになりました。たくさん取



穫ができるようになり、給食に出るのを楽しみにする姿が見られました。給食にサラダとして、提供される「育てたゴーヤ」と聞き「そっだよー」と言われ食べると、「少し苦いかも〜、」と言った声もありましたが、みんな完食をしていました。また、ゴーヤも黄色のゴーヤができて初めて見たので目をキラキラさせて、「緑じゃなくて、黄色だ！」と興奮していました。まだまだ収穫ができそうなので、楽しんでお当番もしていきたいと思えます。

（保育士 澤田）



【今月のねらい】

★気温差や一人ひとりの体調に留意し、健康的に過ごす

★散歩や戸外遊びを通して秋の自然に触れる

【先月の姿】

★きのこ制作★

9月の制作ではいろいろな絵の具の技法を試し、きのこを作りました。絵の具スタンブでは「ぼんぼん」と



「楽しいね！」と言ったり、ビー玉転がしでは「ころころ〜♪」「なんかゲームみたい」とリズムに乗って楽しそうに取り組む姿が見られました。模様は決めず、一人ひとりが好きなようにやっていたいよと言つと、スタンブをばらばらに押す子もいれば横に並ぶようにまっすぐ押す子もいたり、ビー玉を転がすときに横に転がす子、縦に転がす子など子どもたちの色々なこだわりや個性を感じることができ、それぞれ素敵なきのこができあがりました★今後も制作以外にもいろいろな素材に取り組み、触れたり遊んだりする機会を増やしていきたいと思えます！



☆夏野菜に触れよう☆
食育活動としてかぼちゃ、モロヘイヤ、きゅうり、なすの夏野菜に触れました。まずは、野菜を見て、触ってみるからスタートです！自ら顔を近づけたら、手を伸ばして触ってみよう

とする等、興味津々な子どもたち。触ってみると、「おもつ!!」「ちよこかたし、匂いを嗅いでみる」「ちよこ」と土の匂いする「なにも匂いしない」と様々な感想が聞こえてきました。野菜に触れた後は、給食の先生に目の前でかぼちゃを切ってもらい、断面を見せてもらいました。中が見えると、色がオレンジ色のことや種がたくさんあることに気づき嬉しそうに保育者に教えてくれました★種がたくさんあることに気づいたのでみんなで種をとってみることにしました。種の繊維が少しねばついているように見えましたが、初め嫌がる子もいましたが最後はみんな種を取り綺麗なかぼちゃになりました！そのかぼちゃは夕食の味噌汁になり、「さつき種とたやっ」と言っていて嬉しそうに食べ、完食していました。10月はさつまい



も使った食育を行う予定です。今後も食育を通して食べ物の大切さや興味を深めていきたいと思えます！

☆運動会に向けて☆

10月の運動会に向けて、かけっこやサーキット遊び、リズム体操などを取り入れ、楽しく身体を動かしています！先月から続く、よいどんの練習では名前を呼ばれると大きな声で「はいー」と返事をして、よいいで走り出す準備、どんで、走り出すという連の流れは完璧です★勝ち負けも少しずつ分かるようになってきて、悔しいと思つて泣いたり、少し怒ったり、勝つたらやったー!!と嬉しそうにしたりして自分の気持ちや感情を素直に表す姿もあり、保育者として成長を感じています。親子競技では、勝ち負けも大切ですが、それよりもパパやママと手を繋いだりして関わり、一緒に楽し

くゴールして「ここの笑顔が見られるのではないかと思います。運動会本番では、どのような姿が見られるのかから楽しみます★リズム体操では、子どもたちが大好きなぐるぐるどっかーんやジャンポリーミッキーなど、今では運動会の開会式で使用するパイナポー体操をよく踊っています。音楽に合わせて手をキラキラとふったり、DVDや保育者の真似をしながら生懸命踊る姿が可愛いです♡パイナポー体操では、♪ぱっぱっぱっぱっぱ、パイナポー♪と歌いながら、左右に手を叩いたり上に手をあげたり、よーこ、まーえと身体をひねったり、去年も踊ったことがあつたせいかとても上手に踊ることができています。とても可愛い姿が見られるので、お家でもぜひ一緒に踊ってみてください！（保育士 針ヶ谷）