

11月 オーガニック給食 献立表

◎今月の給食目標は、『冬にむけて、寒さに負けない体をつくろう』です。寒くなってくる時期なので、体を温める作用のある根菜類や、煮物を多く取り入れました。

日	曜	昼食	おやつ	夕食
1・17	土・月	●玄米入りご飯 ●ポークビーンズ ●山東菜のゆずドレッシング ●ほうれん草のみそ汁	●動物ビスケット ●いりこ	●玄米入りご飯 ●大根の甘酢漬け ●さばのみそ煮 ●みかん ●豆腐のすまし汁
4・18	火	●玄米入りご飯 ●いんげんのごま和え ●さんまの蒲焼き ●かぶのみそ汁	●りんごのパウンドケーキ ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●かぼちゃのマヨサラダ ●豚肉の生姜焼き ●小松菜のみそ汁
5・19	水	●さつま芋ご飯 ●切干大根の煮物 ●鶏肉のねぎ塩焼き ●りんご ●山東菜のみそ汁	●発芽玄米ブランのサンド	●玄米入りご飯 ●京菜のおかか和え ●カレーの磯辺焼き ●大根のみそ汁
6・20	木	●玄米入りご飯 ●ぶりの照り焼き ●小松菜と油揚げの煮浸し ●里芋のみそ汁	●ベーコンチーズマフィン ●するめ	●旨煮丼 ●かぶのツナ和え ●春雨スープ ●りんご
7・21	金	●ミートソーススパゲティ ●ポテトサラダ ●かぶ菜のコンソメスープ みかん	●みそ焼きおにぎり ●いりこ	●玄米入りご飯 ●タアサイの白和え ●いわしの南蛮漬 ●わさび菜のみそ汁
8・22	土	●玄米入りご飯 ●秋鮭のマヨネーズ焼き ●チンゲン菜のオイスター炒め ●高野豆腐のみそ汁	●豆乳ドーナツ ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●鶏肉のレモン焼き ●ラディッシュの塩昆布和え ●さつま芋のみそ汁
10	月	●納豆ご飯 ●春雨サラダ ●カレーの梅焼き ●いんげんのみそ汁	●もみじおにぎり ●いりこ	●玄米入りご飯 ●わさび菜のしらす和え ●とんかつ ●かぼちゃのみそ汁
11・25	火	●玄米入りご飯 ●かぶの浅漬け ●炒り豆腐 ●チンゲン菜のみそ汁 ●みかん	●ヨーグルトスコーン ●おしゃぶり昆布 ●25日：誕生日会おやつ	●玄米入りご飯 ●めだいのゆず塩焼き ●春菊と油揚げのお浸し ●じゃが芋のみそ汁
12・26	水	●玄米入りご飯 ●カジキのバーベキューソース ●タアサイとチーズのサラダ ●なめこのみそ汁	●玄米せんべい	●マーボー豆腐丼 ●ほうれん草のナムル ●わかめの中華スープ ●りんご
13・27	木	●玄米入りご飯 ●大根のごま酢和え ●鶏肉の唐揚げ ●春菊のみそ汁	●きな粉トースト ●いりこ	●玄米入りご飯 ●秋鮭のポテトグラタン ●いんげんとささ身のサラダ ●玉ねぎのみそ汁
14・28	金	●玄米入りご飯 ●ピーンの五目炒め ●鯖の西京焼き ●タアサイのすまし汁 ●りんご	●チーズチヂミ ●するめ	●手作りチキンカレーライス ●海藻サラダ ●バナナヨーグルト
15・29	土	●玄米入りご飯 ●人参とツナのサラダ ●豚肉のおろしがけ ●油揚げのみそ汁	●パウムクーヘン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●きのこのソテー ●ススキのムニエル ●京菜のみそ汁 ●みかん

今月の平均 (昼食+おやつ+夕食)の合計	乳児平均	エネルギー 798cal	たんぱく質 30.4g	脂質 24.5g	食塩(ナトリウム量) 2.1g
	幼児平均	エネルギー 999cal	たんぱく質 38.1g	脂質 30.7g	食塩(ナトリウム量) 2.6g

★おかずは「飯」と「一緒」食べよう！
ご飯とおかずを交互に入れて、□の中で混ぜ合わせながら食べることを「□腔調味」といいます。これは、古くからの日本独自の食べ方です。□腔調味には「□」の中でご飯とおかずが混ざり合い、味の移ろいや変化が楽しめる「脳」を活性化させて消化を助ける「などの利点」があります。

★みそを食べよう
みそは、大豆・麹菌・塩を原料とした日本の伝統的な



正月の和菓子

だしの風味やうま味を上手に活用することで様々な食材にも挑戦しやすくなります。

④年中行事と密接に関わり季節の移ろいを表現する。四季折々の行事に加え、季節ごとに使う器も異なる日本料理は、目でも楽しむことが出来ます。

発伝統的な発酵食品です。みその原料となる大豆は、体のもとになるたんぱく質、丈夫な骨をつくるカルシウム、体の発育に欠かせないビタミンB群や食物繊維が多く含まれていて、肉に負けない栄養があることから「畑の肉」とも言われています。

また、みそや豆腐などの大豆製品は、米と一緒を食べるとお互いのたんぱく質の質が高められます。小麦と肉類を組み合わせる食事に比べて栄養バランスが良く、日本を長寿国に位置づけた要因の一つと考えられています。

★11月24日は和食の日
和食の文化について見直し、保護・継承の大切さについて考える日として、一般社団法人和食文化国民会議が制定した記念日です。

保育園でも、日々の献立や年中行事から、和食の良さを子どもたちに伝えていきたいです。(栄養士 原田)

▼参考文献
わんぱくたより
書籍「マンガでわかる日本料理の常識」

心も体もあたたかく
副園長 富田千尋

朝夕の冷え込みが増し、季節は秋から冬へと移り変わるうとしています。お散歩の道すがら、色づいた木々や落ち葉に季節の深まりを感じて毎日です。日々の気温差も大きくなり、子どもたちも知らず知らずのうちに心と体に疲れがたまりやすい時期です。そんな中で、ご家庭で少しでも安心して甘えられる時間を持つことは、子どもたちの心の安定につながり、日々の生活や行事への意欲を支える大切な力になります。短い時間の抱っこやスキップでも十分です。ほんのひとときを大切にしたいだけだと感じています。寒い季節こそ、心のぬくもりを感じる時間が子どもたちの大きな支えになります。おうちの温かさは、子どもたちにとって何よりも心強い安心の場所なのです。先月は運動会にご参加いただき、誠にありがとうございました。保護者の皆様のおかげで、無事に開催することができました。当日は、



子どもたちが一人ひとりの力を発揮し、仲間とともに頑張る姿がとても印象的でした。これまでの取り組みを通して得た自信と達成感、今後の成長へとつながっていくことと思えます。運動会を終え、子どもたちは次の行事であるクリスマス会に向けて活動を進めています。今年もクラス毎に劇や手あそび、ダンスなどの発表を予定しています。少しずつ練習を重ね、本番では成長した子どもたちの姿をご覧いただけることを楽しみにしています。

これからの季節は気温の変化も大きく、体調を崩しやすい時期です。ご家庭でも十分な休養と、手洗い、うがいなど基本的な健康管理へのご協力をお願いいたします。年末に向けて行事や活動も増えるなか、一日一日を大切にしながら、子どもたちが安心して笑顔で過ごせるよう、園とご家庭で力を合わせて見守っていただきたいと思います。今月もどうぞよろしくお願いたします。

☆つぎ組遠足☆

10月20(月)に遠足がありました。当日はあいにくの雨でしたが、風の子クラブでお楽しみ会を行いました。最初は「タオルでボール運び」をしました。タオルを広げ、その上にボールを置き2人で力を合わせてボールを運ぶゲームなのですが、相手の動きに合わせてキープするのでお互いドキドキしているようでした。慎重にゆっくりと動くペアもあれば、大胆にどんどん進んでいくペアもいてハラハラドキドキのゲームでした。次は「カードめぐりゲーム」をしました。両面に絵が描かれているカードをめくり、自分たちが選んだ絵を増やしていくゲームです。ゲームが始まるとすごい勢いでめぐり始め、どんどん増やしていききました。

最後は「椅子取りゲーム」をしました。音楽をよく聞き、音楽が止まったら椅子に座るゲームですが、音楽に集中していませんでした。最後の1人になった子は大喜びでした。

昼食では、「見てー！○○がある！」「大好きなのいっぱいー」と愛情たっぷりのお弁当に笑顔がたくさん見られました。

昼食後は「ピング大会」をしました。何が出るかしっかりと前を見て集中し、出た動物の顔にリボンのシールを貼りました。「ピングー」と勢いよく周りに知らせていました。

雨天ではありましたが、子どもたちにとって楽しい遠足になったと思います。保護者の方々には様々なご協力を頂きありがとうございました。この場を借りてお礼申し上げます。(保育士 大橋)




ふくろうくみ



＜自分でできるよ！＞

子育て深夜便

きりん組になり就学に向けて様々なことができます。ようになってきています。まず、お風呂に入る前に脱いだ洋服をきれいに畳んでしまうことができます。そして、入浴の際には自分でしっかりと洗うことができます。

きりん組になり就学した当初は洗い残しが目立ちましたが現在は耳の後ろやもみあげ、体もきれいに洗うことができます。急ぐと洗い残しがあるため、その際は声をかけますが、かなり上手になりました。今後は自分で髪を乾かす練習をしていきます。(保育士 鈴木)





【今月のねらい】
★秋の自然を観察しながら身体を動かし、友達との関りを通じて、好奇心と社会性を育む。
★秋の気温変化や乾燥に配慮し、温かく清潔な環境で健康を守りながら、安心して園生活を送れるようにする。

【先月の姿】
ようやく秋めいた様子になってきました。夏が年々長くなってきているように感じます。たまご組では様々な子どもたちの、はじめまして、がありました。そんな子どもたちの様子をお届けします。

★初めての食育★
給食の先生にも手伝って頂き、たまご組では野菜を使用した食育を行いました。用意して頂いたのは、大きなかぼちゃ、小さなかぼちゃ、人参、ピーマン、いんげん小松菜です。トレーで運ばれる野菜に、子どもたちは興味津々。目を丸くして野菜を見つめていました。「なんだろっねっ」「触ってみよう」と声を掛けると、やがて手を伸ばして触り始めました。目の

前で野菜を切ってもらったり、野菜の香りが保育室内に広がりました。

「土の良い匂いがするね」と順番に野菜に顔を近づけて匂いを嗅いでみます。断面を見せると、不思議そうに中身をつつき種をほじる様子も。やがて、ばらばらになった小松菜を一本握り、元氣よく振ってみたりと、笑顔を見せて楽しんでいました。初めての食育を通して、野菜に興味を持つ姿があり、大成功でした。また機会があれば旬の野菜に触れたいと思います。

★お散歩車に乗って★
たまご組では、涼しくなった事もあり、できる限りお散歩に向かう機会を多く設けています。公園に向かうのは、最近ではお散歩車を使用して移動しています。お外が良く見えるので、周りの環境にみんな

興味津々で、背伸びをして観察をしています。立って、踏み、バランスを取るのが難しいのですが、みんなとても上手になりました。それ違う人にはなんとも「ハイハイ」と言いなから手を振って、ワンちゃんを見つけると「わんわん」とその場で嬉しそうにびよんびよんとジャンプして喜びを伝えてくれます。お散歩車に乗るだけではなく、靴を履いて歩く練習も行っています。保育者が両手をしっかりと握り、「いち、に、いち、

に・・・」とゆつくり歩道を歩いていました。慣れてくると力強く歩き始め、歩く事を喜び、笑顔を沢山見せてくれました。お散歩車に戻ると「あーっ」と「もっ」と歩きたい！と伝えてくれる様子がありました。子ども達にとって、見慣れた街並みのように感じても、沢山の発見の連続！これから散歩を通して、いろいろな経験をしていきたいと思えます。

★初めての運動会に向けて★
運動会に向けて、たまご組では手作りのはらぺこあおむし帽子を被る練習を行いました。保育室内で遊ぶ時に、全員で帽子を被りながらの特訓です。「上手に被れるかな？」の心配をよそに、みんなリラックスした様子で被ってくれました。「かわいいー」の声に嬉しそうに笑って答えてくれます。窓の外をお散歩していたたまご組のお兄さん、お姉さんたちも次々に見に来てくれて「なにか被ってるー」「見てーはらぺこあおむし！」と声を掛けてくれました。窓際に立つたままご組のみんなも、なんとなく誇らしげです。これからのハロウィンパーティーやクリスマス会での出し物が、とても楽しみです。

(保育士 三上)

保健

段々と寒さも本格的になり、冬を実感するこの頃です。この時期は、寒暖差や空気の乾燥で体調不良や感染症も心配になる時期でもあります。

ご家庭でお子さんのようすがいつもと違つとき、登園するかどうか判断が難しいことがあると思います。今回は登園を控えた方が望ましい場合についてまとめましたので参考にしてみて下さい。もちろん、何かありましたら気軽に看護師へもご相談していただけたらと思います。



登園を控えるのが望ましい場合

せき
前日には熱が無くても
○夜間何度もせきをして起きる
○呼吸が苦しい様子がある
○呼吸が速い
○37.5度以上の熱もある
○元気がなく、機嫌が悪い
○食欲がない

発熱
発熱期間と同日の回復期間が必要と言われています
○朝から37.5度以上の熱ととも
・元気がなく機嫌が悪い
・食欲がない、いつもより食事や水分がとれていない
○24時間以内に解熱剤を使用した

○24時間以内に38.0度の発熱
○乳児では特に平熱より1度以上高いとき(38度以上)
※前日に38.0度以上の発熱があった場合、翌日は大事をとって保育園をお休みしていただくようお願いいたします。
また、次回登園の前までに受診していただき、結果を園にお伝えください。

嘔吐
○24時間以内に2回以上嘔吐する
○嘔吐とともに普段より体温が高め
○食欲がなく、普段より水分もとれない
○機嫌が悪く、元気がない

○顔色が悪く、ぐったりしている
○下痢
○24時間以内に2回以上の水様便がある
○食事や水分を摂ると下痢がある(1日4回以上)
○下痢とともに体温が普段よりも高め
○朝、排尿が無い

発疹
○発熱も併せてある
○口内炎のため、食事や水分がとれないとき
○ごぶご
○顔などで患部が覆えないとき
○かゆみが強く、手で患部をかいてしまつとき
・滲出液が多く、他の子への感染の恐れがあるとき

◎気になる症状がみられるときは医療機関を受診しましょう。

予定表 11月 2025年

日	曜	日程	日	曜	日程
1	土		17	月	3才・お散歩遠足 ☆保育参観週間
2	日		18	火	
3	月	文化の日	19	水	
4	火	身体測定 (ひよこ・きりん・うさぎ)	20	木	歯科検診・避難訓練
5	水	身体測定(たまご・あひる)	21	金	健康診断(ひよこ・たまご)
6	木	身体測定(こぐま・りす)	22	土	
7	金		23	日	勤労感謝の日
8	土		24	月	振替休日
9	日		25	火	誕生日会
10	月		26	水	
11	火	歯科指導(きりん)	27	木	
12	水		28	金	
13	木		29	土	
14	金		30	日	
15	土				
16	日				

★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。

給食記事

★日本の食文化について
日本は海・山・里と豊かな自然に恵まれ、四季折々収穫される食材と、米飯を中心とした栄養バランスに優れた食事構成をもつ「和食」の文化があります。

「和食」は2013年12月にユネスコの無形文化遺産にも登録されました。今回は、普段何気なく食べている和食や日本の食文化について紹介します。

★和食の基本
「汁二菜(または汁一菜)」ご飯と汁物の他に3品のおかずもしくは2品のおかずで構成されます。

様々な調理方法

- 煮る
- 揚げる
- 焼く

★和食の特徴
①多様な調理法で新鮮な食材を持ち味を尊重。
煮る・焼く・蒸す・炊く・揚げる・炒める等日本料理の技法は、様々です。

②健康的な栄養バランスで食生活を支える。
「汁二菜(汁一菜)」の形で献立構成をすると各々含まれる栄養素が異なり、組み合わせることで健康を維持しやすくなります。

③出汁の「うま味」で子どもたちに安心感を与える。
和食にとって出汁は、味付けの要となり、とても重要な役割を果たしています。昆布に含まれるうまみ成分の「グルタミン酸」は、母乳の成分でもあります。母乳に含まれるグルタミン酸の量は昆布だしに匹敵すると言われており、子どもにとって安心感を持てる味です。

旬
夏
秋
冬

主食 炭水化物 身体のエネルギーとなる
主菜 たんぱく質 筋肉や血液などの組織を作る
副菜 ビタミン・ミネラル・食物繊維
汁 主食や副菜で摂る栄養素の働きを助けたり、生理作用を調節する



【今月のねらい】
 ★秋から冬への季節の変化に留意し、健康で快適に過ごす。
 ★友だちと意見を出し合っ
 て相談し、自分たちらし
 さを発揮して、協同的に
 遊びを楽しむ。
 【先月の姿】
 ★リレー練習★
 昨年度も行ったリレーで
 すが、今年は年長児になり

一味違います。うさぎ組が繋いでくれたバトンをアンカーまで運び、アンカーは全力で1周走らなければいけません。昨年度もバトンや助走などの練習はしましたが、忘れていた部分も多く確認しながら行いました。助走をつけることで勝ち負けに大きく関わることやバトンが上手にできることもっと早く走れることなど、練習を通して感じている様子でした。年長児になると「負けたくない」「絶対勝ちたい」という気持ちが強くなり気持ちが前に出て焦ってしまう場面がありましたが、どんな時でも全力で練習を行い本番に向けてどんどん上手になっていき



ました。練習を見ている保育者も頑張っている姿に早く本番が見たいと楽しみになるほどでした。バトンのミスや助走のミスなどはどんなに練習しても起きてしまうことです。きりん組の子どもたちはそんな時でも責めたりせずに優しい言葉をかけてあげられる子たちなのも今回の練習で改めて実感できました。
 ★防災館★
 10月6日に防災館に行ってきました！昨年度は残念ながら中止になってしまっただけで初めての経験でした。保育園を出発し、まずは地下鉄に乗ります。普段の戸外遊びでは経験しないことなのでワクワクしながら



駅に向かいました。防災館に着くと、施設の方にしっかりと挨拶をして最初は地震の体験をしました。クイズには積極的に答えて全問正解すると、揺れの体験です。「ちよつと怖い、」と不安そうにしている子もいましたが、机の脚の上の方に掴まるという説明をしっかり聞いていたので、無事に震度6の揺れを経験することができました。次は火災体験をしました。暗闇の中で煙もあり、先がほとんど見えない状態でしたが、ハンカチで口をおさえて低い姿勢で進み、全員無事に脱出することができました。最後は復習として映像を見て、楽しく防



災を学ぶことができました。
 ★お月見団子作り★
 10月6日(月)にお月見団子作りをしました！防災館の後におこなったので、イベント続きの1日を子どもたちは楽しんでいました。防災館の興奮もあつてか「楽しい、」とまだ始まらないの？とワクワクが止まらない様子でした。エラロンと三角巾、マスク、手袋を配るとすごい速さで着替えていました。給食の先生が用意してくれた白玉粉と水を混ぜて、「コネコネ」よくこねてモチモチの生地ができたら食べやすい大きさにちぎって丸めました。子どもたちは「このくらい大ききかな、」ときれいに丸くなっ

た！と楽しんでいました。大きいお団子や小さいお団子があり、個性豊かなお月見団子になりました。作ったお団子は夕食のデザートに食べることになっていたので、すぐに夕食を食べ終えるところキラキラした目で「お団子ください！」とお願いしていました。最初は味のついていないお団子を食べ、素材の味を楽しみ、次は子どもたちの大好きなみたらうしときな粉をたっぷり絡めたお団子を食べました。自分たちで作ったお団子は本当に美味しかったようでおかわりもして大満足！「もっと食べたかったな」と食いしん坊なきりん組の子どもたちでした。(保育士 鈴木)



【今月のねらい】
 ★秋の自然に触れ、戸外で十分に身体を動かして遊べるようにする。
 ★保育者や友だちに興味を持ち、触れ合うことを喜び、やり取りを楽しむ。



【先月の姿】
 朝夕が涼しくなり、秋を感じる季節となりました。日中も過ごしやすく、外に出て遊ぶ機会が増えていきます。散歩車に乗って公園に出かけると、どんぐりや松ぼっくりなどの宝物がたくさん落ちていて、子どもたちは目を輝かせながら触ったり拾ったりして楽しんでいました。時には肌寒い日もありますが防寒に気を配りながら子どもたちの興味に寄り添い、自然に親しみながら充実した遊びを経験できるように保育を心掛けていきたいと思ひます。



【製作】
 以前に比べて指先が発達し、少しずつ細かな動きができるようになってきました。絵の具遊びでは、画用紙に色をのせたり混ぜたりしながら色の違いを見て触れて、感じることを楽しんでいきます。素材に触れる事が苦手な子ども、少しづつ慣れていき、興味を持ち始めています。これから五感を使った遊びを通して、指先をより細かく動かす経験を重ね、創造力や好奇心、集中力を育てていきたいと考えています。



【食事】
 秋といえば「食欲の秋」。ひよこ組の子どもたちは、給食の時間をとても楽しみにしています。給食が始まる前から「まんま、まんま」と声をあげ、待ちきれない様子がとても微笑ましい子どもたちです。食事の前には、小さなおててを合わせて「いただきます」と可愛く頭を下げる姿もあります。自分で手づかみ食べをし、口に運ぶことに夢中の子やスプーンを持って食べようとする子も見られる様になり、一人ひとりの成長を感じ



じます。こぼしてしまつ事もありますが、「自分でやってみたい」という気持ちが大切だと見守っています。食べる事が大好きな子どもたち。美味しい給食をたくさん食べて、これからも元気いっぱい大きくなつてほしいと願っています。
 【リズム遊び】
 キーボードの伴奏に合わせて走ったり、跳んだり、転がったりしながらのリズム遊びが大好きです。特に両足ジャンプは人気で、0歳児にとってはまだ難しいものの、保育者の真似

をしながら膝を曲げ伸ばしてジャンプする姿がとても可愛らしいです。また、ハイハイをする子も自分の力で足に力を入れ、腕も使って前に進むと頑張っています。
 このように日々の保育の中で繰り返し体を動かすことで、音と体の動きを結び付け、少しずつ覚えながら楽しんでいく姿が見られます。子どもたちの成長を感じながら、今後も発達に合った関わりを大切にしていきたいと思ひます。(保育士 細川)



1才 あひるくみ



「今月のねらい」
 ★戸外で身体を十分に動かし、秋ならではの自然に触れて楽しむ。
 ★保育者との安定した関係のもと、安心して過ごし、友だちへの関心を示す。
 今年も残りわずかとなった

てきましたね。11月11日には今年も残り50日になるそうです。あひる組の子もまた今日は今日も元気に遊んでいます！

☆運動会
 先日は、お忙しい中運動会にご参加頂きありがとうございました。当日は、あいにく雨が降ってしまい体育館での実施となりましたが、子どもたちも緊張している中、とても頑張ってくれていました。かけっこでは、「ヨーイドン」の声と同時にゴールで待っているパパママのところ

に駆けていく子どもたち。一生懸命な走りを見せてくれました。親子競技では、階段上り、だるま転がし、トンネル、カードめくりの4つの工程に取り組みました。練習の時からとても積極的に取り組む姿がありました。初めての運動会のお友だちもいましたが、楽しく練習した成果を発揮できたことが、担任一同嬉しく思います。

☆小麦粉粘土
 今年度初めて、小麦粉粘

土を使って遊びました。食紅を使って好きな色の粘土を作ることを伝えると、「赤！」「僕は黄色がいい！」と言いながら思い思いの色に染めていきました。初めての感触が楽しかったようで、こねたり、伸ばしたり、色を交換したりして楽しみました。

☆戸外遊び
 少しずつ、暑さも和らぎお散歩が気持ちいい季節になりましたね。先月は天気の良い日が続き、たくさんお散歩に行くことができました。お友だちと手を繋ぐ

ことが大好きなあひる組の子どもたちは、仲良く手を繋いで長い距離を歩くこともできるようになりました。最近ではお散歩車を使わずに全員で歩いてお散歩に行く事もできるようになってきました！さらに視野も広がりました。歩きながら犬、猫、鳥などの動物や救急車、パトカー、飛行機などの乗り物を見つけて「わんわん！」「パトカーいた！」と教えてくれます。お散歩先の公園では、せうせと階段をのぼっては、繰り返し滑り台をすべり、ポルダリングに興味を持ち、保育

者に支えられながら一生懸命壁を登っていったりと、とても活発に遊ぶ姿が見られます。また、蟻やトンと虫などの小さな虫や落ち葉やお花などの植物といった自然のものも気になるようで、近づいて観察したり触ってみました。虫が急に飛びやうりもちをつけてしまったり、姿も…。何事にも全力な姿が、とてもかわいいです！これから少しずつ寒くなってきましたが、体調に気を付けて元気に過ごしていきたいと思っています。(保育士 栗林)

4才 うさぎくみ



「今月のねらい」
 ★散歩先で秋ならではの自然物を見つけ季節感を味わう。
 ★興味関心のあることについて調べ、試しながら製作をすることを楽しむ。



「先月の姿」
 ★運動会を終えて★
 10月11日は待ちに待った運動会がありました！この日の為に日々練習を頑張ったうさぎ組☆運動会の練習中、みんなが考えた目標は「パパやママが泣いちゃつぐらいパラバルーンをかつこよく成功させる！」でした！みんなの目標、達成できたでしょうか？パラバルーンが始まる前の少し緊張した表情、真剣に競技に取り組み姿、お友だちを大きな声で応援する姿、どの場面でも子ども

たちの成長を感じる一日でした。運動会を終えた後「来年はリレー負けないからね！」「来年はリレーでパパが負けないようにもつと応援する！」と目標ややるのを楽しみ、「と早速来年の運動会への意気込みを語るうさぎ組です。保護者の皆様たくさんのご協力や応援ありがとうございました！

★防災館★
 10月6日きりん組と緒に防災館へ行ってきました。初めて防災館に行く子どもが多く、出発前から「防災館つ

て何するところ？」「消防士さんがいるのかなあ？」「怖いところじゃないよね？」と質問が止まらない子どもたち！防災館に着くとまず火災コーナーへ行き、火災コーナーでは火事の際の煙の性質を学び、煙の中で出口を探しながら避難する体験ができます。始まる前は「簡単だよ！」「ぼくなら絶対できる！」と意気込んでいましたが、いざ始めると暗闇と煙の中で「こわーい！」「先生どこいるの・・・」と不安そうな子どもたち。

出てきた後には「煙いっぱい吸っちゃった！」「ちよつと怖かった」と煙の中で避難する大変さを実感したようでした。次は東日本大震災や長周期地震動など5種類の地震の揺れを体験できる地震コーナーへ行きました。園での避難訓練をしっかりと取り組んでいるので、地震が来た時の身の守り方のクイズを出されることができました☆地震を疑似体験できるスペースに行き、実際に震度5強の揺れを体験すると強い

揺れの中習ったとおりに身を守る事が出来ていました。が、「こんなにたくさん揺れるの？」「目回っちゃうよ！」とびっくりする姿もありました。実際に災害時の体験をしたことで、子どもたちの災害への意識も変わつたように感じました！今回体験したことを園での避難訓練でも生かし、災害に備えていきたいと思えます！ほかに様々な体験コーナーがあるので是非ご家族でも防災館に行ってみてください。(保育士 篠澤)



【今月のねらい】
 ★衣服の調整や手洗いうがいなどを意識的に行い、健康に過ごす。
 ★遊びやウラス活動を通して言葉で自分の気持ちを伝えられるようになる。
 厳しい残暑も落ち着き、ようやく涼しく過ごせるようになってきました。10月前半は9月に引き続き、運動会の練習に一生懸命

命取り組み、本番に臨みました。気温に合わせて半袖から長袖に服装を変え、「これはママが買ってくれたの！〇〇くんの服、かわいいー」と、変化を楽しんでいる様子も見られました。新しい季節の始まりを感じていた子どもたちの姿をお伝えします。

【戸外遊び】
 公園へ散歩に行ける日も更に増えてきました。身体を動かすことはもちろん、植物や生き物も大好きな子どもたち。今日は「登園してから、今日はお散歩？」と保育者に尋ねてくることも多いです。公園到着後は、追いかけて公園内探検など、戸外な

の友だちと遊び、手を繋いで帰園しました。照れながらも、頼もしいお兄さんお姉さんと嬉しそうに関わっていました。

【室内遊び】
 ○時間や数に興味が出てきました！
 日々の会話や遊びの中で時間や数に対する興味が強まってきました。活動切り替え時などに、数字に動物マークがついた時計を見て「12のソウだよ！お片付けだよ！」と知らせ合っています。物の貸し借りの際も、「6のリスになったら貸すね！」というように、時間の流れを意識し、見通しをもつて過ごそうとする姿があります。遊びの中

でも数字を取り入れている場面が多く見られます。カードゲーム後に枚数を数えてどっちが勝ったのかを考えてみたり、おもちゃを積み上げて「1、2、3...」と真剣に数えてみたり。折り紙で自分だけのお財布を作ったり、お財布の中にお金を作り、お店屋さんごっこに用いる様子も見られました。英会話では講師の先生が提示する数字カードを見て英語で言い、段々とヒント無しでも即座に答えられることも増えてきました。週に一度ですが、遊びながら覚えていく子どもたちの記憶力には驚かされます。

【ハロウィンにわくわく！】
 10月末にはハロウィンがあります。英会話ではゴーストや黒猫、魔女などのハロウィンモチーフを取り入れた活動を行っています。自由遊びの時間にはハロウィンの塗り絵を塗ったり、保育者がレゴブロックで作った魔女の帽子やかぼちゃをから再現したり！作り方が分からず困っているお友だちに「教えてあげる！」と手伝おうとしてくれ、頼もしさも感じます。手伝ってもらった子は「ありがとー！」と伝えて一緒に遊び始め、保育者が間に入らずとも素敵なやり取りができるようになっていきました。

(保育士 中倉)



【今月のねらい】
 ★衣服の調整や手洗いうがいを行い、健康で快適に過ごす。
 ★排泄のタイミングに気づき、自らトイレに行くようになる。
 【先月の姿】
 ☆お月見団子作り☆
 1年で最も美しい満月が



見える十五夜の月(10/6)にお月見団子作りを行いました。こぐま組は、まだお餅を食べられない為、感触遊びもかねて、小麦粉と水で小麦粘土を作っておもちつきをしました！保育者が準備する様子を見て「なにをするの？」「これ使う？」などと興味津々な子どもたち。杵と臼を中心にテープで円を作り、この線に立ってね！と伝えると、順番にぶつからないように並び子どもたち。その姿に成長を感じ、とても微笑ましかったです。小麦粉に水を少しずつ足し、みんで混ぜると、どうなるのかわからない様子に、

恐る恐る手を伸ばす子やお友達の様子を見て触る子職人のように混ぜる子と様々な姿が見られました。少しずつ形になるとお餅つきのスタートです！年間行事の餅つきで経験している事もあり、力強く杵を振り下ろしていました。また、周りから「がんばれー！」「よいしょー」と声かけがあり、大盛り上がり。出来たお餅を丸め、最後は「食べ物に困りませんように！」とみんなでお願いをしました。今回、順番を待つ場面が何度かありましたが、運動会の練習から順番を意識してきたこともあり、「次は〇

〇くん(ちゃん)の番」「次したい！」「次できる？」など、お友達の存在を意識し、自ら待つ姿が見られ、成長を感じる場面が沢山ありました。

★食育★
 食育で苦手な食べ物を好きな食べ物に変える事が出来るこぐま組さん！手作りおやつを好きになって欲しい！と思い、スイートポテト作りを行いました！☆今回はさつまいもを土から抜いて、洗って、皮を剥いて切って、混ぜて、丸めてと最初から最後まで一通り挑戦してみました。どの作業にも積極的に参加する

子ども達の姿が印象的でした。形も子ども達が作ったのでとても可愛いらしい、スイートポテトが完成しました。手作りおやつ克服とまではいきませんが、作るのが楽しくさや大変さを知れたのではないのでしょうか。今後子どもたちが、やってみてほしい！。食べてみたい！と思える食育活動を行っていきたいと思います☆

☆戸外活動☆
 暑すぎる夏が終わり、気持ちのいい天気が続くようになりました。天気が良い日には積極的に戸外へ行き、元気いっぱい走り回っている子ども達。お散歩準備も片付けも1人で出来るようになったこぐま組さんは、少しずつ遠い公園にも挑戦しています。道中では、「そこには乗らないよ」「手をあげるんだよ」「はじっこ歩くんだよ」とお互いに声をかけあい、ルールを守ることを促されながら遊んでいました。今後も積極的に戸外に出て、秋の自然を楽しみたいと思います。

(保育士 浦田)