

えんだより

猛暑の夏から解放されて、今月は日に日に涼しくなってきました。水遊び期間の 2 か月が終了し、子ども達の大きな成長が感じられました。

今日からは、9 月末の運動会に向けて期待が持てるように遊びの中に練習を楽しみながら取り入れていきます。

今月は特に「読書の秋」「運動の秋」「食欲の秋」をテーマに、それぞれの年齢の子ども達の五感を育むような保育をしていきます。



★給食室より

幼児食について ①

保育園の給食は、子ども達が無理なく食べられる量で、必要なエネルギーや栄養素量を摂取できるように計算されています。しかし子ども達は、それぞれ個性があるように沢山食べられる人、少ししか食べる事の出来ない人がいます。

好き嫌いも個々に違い、見た事や食べた事のない食材には抵抗を感じる人もいます。苦手な物や食べられない量を無理に食べさせては給食の時間が苦痛に感じる事もあるでしょう。ですから保育園では「残してもいいよ」とか、食べられる人には「おかわりしてもいいよ」と言っています。

食べられない物も、自分で選べるセレクト方式の給食や、クリスマス会などでのバイキング給食を経験すると、少しずつ苦手な食べ物を克服しながら、食べられる量を自分で調整が出来るようになります。

食事のマナーに関しては、食事の最中に「あれダメ」「これダメ」と叱るのではなく、楽しく安心して過ごせる場となるように、食べることに専念し、食べ物を意識できるようにしています。

園でマナーを全く教えないのではなく、保育中の「おままごと」「買い物ごっこ」・「お手伝い」・「絵本」・「お絵描き」・「食べ物の歌や手遊び」・「調理保育」等でいろいろな場面を経験し学びます。給食室一同は「園の給食が待ち遠しい」「給食の時間は楽しい」という気持ちにつながるよう常に心掛けています。



★クラス紹介（ほし組）

『互いの良さを認め合い、主体性を育む』

5 歳児は基本的な生活習慣が身に付き、生活や遊びを仲間と協調的に進められるようになります。

友だちと協同的な集団行動を展開できるよう、当番活動や共同製作、グループでの遊び等を通して活動の中に意欲を十分に発揮できる機会を設けています。

また語彙が 3000 語に増え話し言葉の文の長さが平均 6 語になり、自分の思いを言葉や様々な方法で表現します。

生活や遊びの中で自分の意見と違う友だちの意見に耳を傾け、自分の意見を相手に伝えるようになる為、意見を調整し折り合いをつけていく場面や活動を多く取り入れています。

一人ひとりの良さや可能性を受け止め、子ども同士が互いの良さを認め合えるようなクラス作りを心掛けています。

就学への期待が膨らむ一方で、新しい環境に移ることに不安を抱く人も少なくありません。

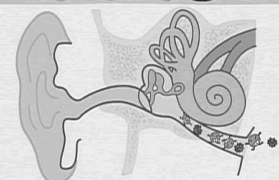
実際に小学校を訪問することやデスクワーク等の経験や体験を通して、小学校を身近に感じることができるようになっています。

集団生活に向けて同じ目標に向かって活動を展開したり、集団の中で役割分担をして、決まりを守ることの必要性や責任感を身に付け、仲間の一員としての自覚や自信を持つことができるようになっていきます。



★保健室より

子どもの耳



鼻水のばい菌が耳へ行きやすい

9 月は季節の変わり目で急に肌寒くなり、衣服の調整も難しく、空気が乾燥してくるので細菌やウイルスが体内に侵入しやすくなりますので、十分な睡眠や栄養バランスのとれた食事をとりましょう。また、鼻炎（鼻水）は風邪の初期症状でもあり悪化すると中耳炎や難聴になってしまうことがありますので早めの受診をお願いします。

運動会に向け体を動かす活動が多くなりますので、手洗い・うがいをしっかり行い、体調を維持すると共に怪我に十分気を付けて、楽しい運動会を迎えましょう。

「子どもの成長＝骨が成長する」ということ。

子どもの骨は、両端に骨端線（こったんせん）と呼ばれる軟骨部分があり、この骨端線の部分が成長することにより子どもは健やかに成長していきます。

成長を促すために重要な要素は「栄養」「睡眠」「運動」の 3 つの要素です。しかし、現在の子どもは睡眠や運動が不足がちで、スナック菓子やインスタント食品の普及により栄養が偏ってしまう傾向がありますので、日々の生活習慣をしっかりと意識していくことが大切になってきます。