

令和3年度



えんだより



9月の行事予定

- 1日(水) 引き取り訓練・園だより配布
- 6日(月) お店屋さんごっこ
- 13日(月) 布団乾燥
- 15日(水) お誕生会・クラスだより配布
- 22日(水) 運動会総練習① 《園庭》
- 29日(水) 運動会総練習②《協栄公園》

6日(水)～10日 身体測定週間

- 20日(月) 敬老の日
- 23日(木) 秋分の日



《スポーツの秋》

新宿保育園長 狩野 貢

コロナが下火になることを願って、秋の運動会に向けての話し合いが5月から始まり、8月の中旬頃からは外は暑いので、お部屋での練習がスタートしました。部分的な練習にはなりますが、新しいことに挑戦する喜びを感じてか子どもたちの目は輝いています。小学校の校庭は使わせてもらえるのだろうか？ 今の所、開放委員さんからの中止の連絡は来ておりません。やきもきしながらの毎日です。

オリンピックでの日本のメダルラッシュには、特に若い人たちの頑張りに感激で、3年後のパリ大会の期待も膨らみます。毎晩のテレビを見るのが楽しみでした。間をおいてのパラリンピックも素晴らしく、私は初めて見る車いすラグビーの激しさに驚きました。あんなに思いっきりぶつかり合うなんてびっくりです。暗い世の中ではありますが本当に素晴らしい瞬間を味わうことが出来ました。色々な考えはありますが、区によっては小学生の観戦者が来ており、拍手だけの応援になりますが選手には励みになり、子どもたちには感性を育てる良い機会になったと思います。

ところで話はコロナになりますが、オリンピックに前後して急拡大し、保健所はパンク、医療は崩壊してしまい入院も儘なりません。デルタ株の猛威に打つ手がありません。若い人たちの重症化、二回接種を終えた人の感染がニュースで流れました。三回接種の話も出ています。国産治療薬・ワクチンが出来るまで私たちにできる事は食事以外ではマスクを外さない事、これしかありません。ここを何とかみんなで乗り切りましょう

『給食室より』

管理栄養士 菊本みづほ

★食育活動(栽培)

夏野菜の栽培が終わりました。今年は8月の長雨以前の天候が良かった事もあり野菜の生育がとても良く、水やり等一生懸命お世話をしていた子ども達は沢山とれた「自分たちのお野菜」に大喜びでした。今は稲穂が垂れて来ているバケツ苗の収穫をばんだ組の子ども達が楽しみにしています。

まだまだ残暑は続きそうですが、9月中旬過ぎからはミニ大根、かぶ、ほうれん草等の秋冬野菜を育てる予定です。

★野菜料理をあと70g

東京都では生活習慣病を予防するために野菜を1日当たり350g以上摂取することを目標としています(3～5歳は240g)。都民の1日の野菜の平均摂取量は279.3g(H30調査結果)で、あと70gの野菜が不足しています。子ども達の摂取量も同様に不足しています。大人の食事に対する意識が子どもの野菜不足に影響している様ですので、まずは大人から意識変革をしていきましょう。

9月は東京都の食生活改善普及運動月間です。野菜同様に摂取量が少ない傾向がみられる乳製品と野菜を十分摂れる様『野菜をおいしく、バランスよく食べよう with ミルク』という普及活動を推進しています。

【野菜70gとはどの位?】ミニトマト=7粒、
キャベツの葉=2枚位、きゅうり=2/3本、
パプリカ=1/2個、トマト=1/2個、なす=1/2個

敬老の日に「ありがとう」を伝えては

9月20日(月)は「敬老の日」です。

子どもたちにもわかりやすく「いつもみんなのことは見守ってくれているおじいちゃん・おばあちゃんにありがとうの気持ちとずっと元気でいてねと伝える日」とお話してみたいかがでしょうか。今までの功劳や子どもたちとの繋がり、どれだけ愛おしく思っているのかという事から伝え、子どもたちが心から感謝し「ありがとう」を言いたいと思う気持ちを育ませる事ができるといいですね。また、「命のつながり」を感じる事が出来る機会でもあります。おじいちゃん、おばあちゃんとの関係性を絵にするなど、わかりやすく伝えてみてはいかがでしょうか。

保健室より

まだまだ暑い日が続きますが、徐々に気温の低い日が現れる季節になりました。秋に入ると流行を見せる「胃腸炎」を一足早くご紹介します。

感染性胃腸炎

「ウイルス性胃腸炎」は例年春・秋に流行を見せます。便・嘔吐物から排出されたウイルスが口から入ることにより感染します。主な症状は下痢・嘔吐・発熱ですが、まだ暑さの残る時期に時発症すると脱水も引き起こしやすくなります。かかってしまった場合は、こまめな水分補給を心がけましょう。

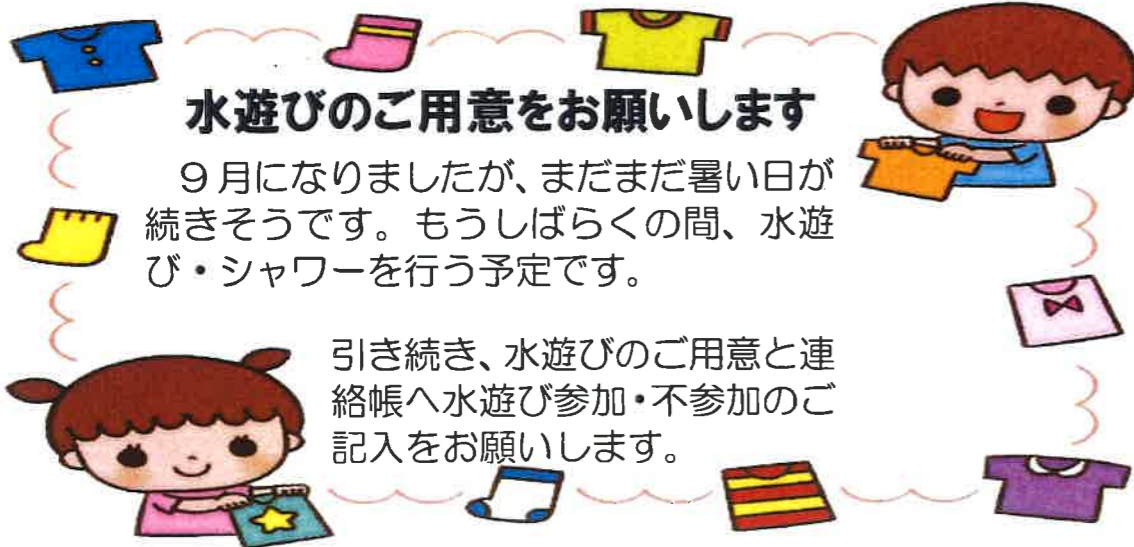
生活習慣を整えましょう

湿気・温度共に過ごしにくい夏は体力を奪われ免疫が落ちる時期です。ウイルスと戦うためにも、一日三食しっかりと食べよく睡眠を摂りましょう。また、一度体調を崩すと回復したように見えても集団生活で疲労し再度体調を崩すことが多くあります。十分な休養を取り、出来れば元気になってから一日様子を見ての登園をお願いします。

水遊びのご用意をお願いします

9月になりましたが、まだまだ暑い日が続きます。もうしばらくの間、水遊び・シャワーを行う予定です。

引き続き、水遊びのご用意と連絡帳へ水遊び参加・不参加のご記入をお願いします。



靴について

暑さが落ち着いた日は、園庭など戸外での活動も増えていきます。サンダル等で登園した場合も運動靴をお持ちください。

新宿保育園 03-3607-2470

