



9月の園だより

令和3年9月1日(水)発行
中妻子供の家保育園 23-5550 担当 平野

9月になり、朝夕の虫の声や涼しい風に秋の気配を感じる季節となりました。先月の後半から、寒暖の差の影響により、発熱や咳、鼻水、下痢等の症状の為、体調を崩し欠席するお友だちが多かったです。今月は、楽しみにしている運動会に向けて取り組みたいと思いますので、体調の変化に気を付けながら、元気に過ごしたいですね。

現在岩手県緊急事態宣言が発令されておりますので、引き続き、基本的な感染防止対策を徹底していきましょう。

釜石市でも先月、クラスターが発生し、私達の身近に迫りつつある状況の為、先月27日(金)に予定していた大平プール(5歳児)、今月7日(火)に予定していた三鉄お絵描き列車(5歳児)は中止となりました。また、今月10日(金)に予定していた保育参観(2歳児)は、延期(日程未定)となりますので、ご了承下さい。今のところ、10月2日(土)の運動会は、釜石中学校をお借りして開催する予定となっておりますが、今後の感染状況に応じて変更になる場合も考えられますので、ご理解の程、よろしくお願い致します。

園長 八幡 雅子



9月の行事予定

- 1日(月) 安全点検
- 2日(木) 体育教室(うさぎ・ぱんだ組)
- 13日(月) 身体測定
- 14日(火) 誕生会
- 16日(木) 体育教室(うさぎ・ぱんだ組)
- 22日(水) 運動会総練習

※今月の読み聞かせの会は中止となりました。

子育て支援センター

岩手県緊急事態宣言を受け、現在、子育て支援センターのイベント、利用は見合わせております。相談業務、問い合わせ等の受付のみ行っています。



うんどうかい

日時：10月2日(土)
場所：釜石中学校 校庭
(雨天時…釜石中学校体育館)
対象：全園児

※詳細は後日別紙にてお知らせ致します。

※新型コロナウイルス感染症の感染蔓延状況により変更等もありますので、ご了承下さい。



9月生まれ おたんじょうびおめでとう



クラスだより

【ぱんだ組】 8月後半から、いよいよ運動会に向けての活動が、本格的になってきました。特に組体操は子ども達の意欲が見られ張り切って取り組んでいます。運動会当日に子ども達が自信を持って取り組み、友達と一緒に最後まで諦めずに参加し、達成感や充実感を得られるようにしたいと思います。体を動かす事が多くなりますので、汗拭きタオルや着替えて帰った際は、着替えの補充をお願いします。

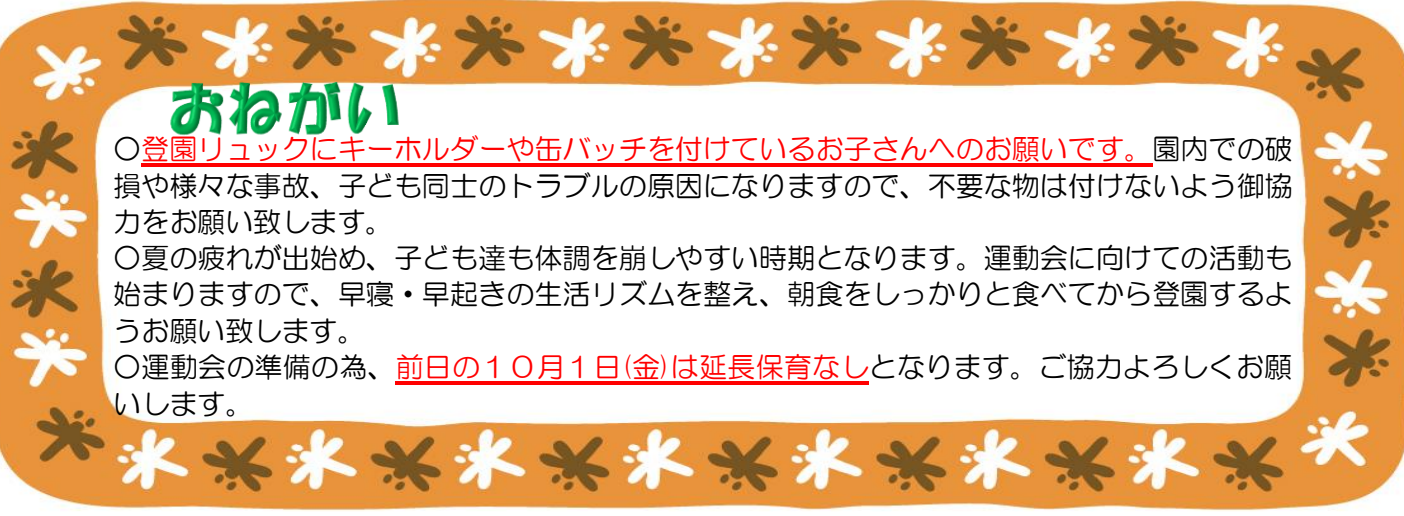
【うさぎ組】 先月は、暑すぎたり、雨が続きたり…プール遊びがあまり出来ず残念でした。雨の日を利用して、絵画、スパッタリング、はじき絵等、絵の具遊びをしたり、楽器作りを楽しみました。

【りす組】 暑い日が続いていますが、水分補給や衣服の調節をしながら、毎日元気に遊んでいる子ども達です。プール遊びは少ない回数となりましたが、楽しめたようです。9月は、たくさん体を動かしながら遊びたいと思います。

【ひよこ2組】 8月は、残念ながらたくさんプール遊びが出来ませんでした。水を怖がる事なく大喜びの子ども達でしたよ。『おばけなんてないさ』の歌を覚え、おばけの製作も楽しむ事が出来ました♪9月は運動会活動も始まるので、元気に過ごしたいですね。よろしくお願いします。

【ひよこ1組】 先月は残念ながら、外でのプール遊びは1回しか出来ずに終わってしまいました。そのかわり、ボールプールや水風船で遊び、少しは夏の雰囲気味わえたのではないかと思います。今月は、過ごしやすい気候になってきますので、思い切り外遊びやリズム遊びを楽しみたいと思います。

【ひよこ0組】 先月は夏ならではの遊びであるプール遊びや沐浴を楽しむ事が出来ました。泣くお友達もなく、温水の感触を全身で味わっていました。気候の変化から体調を崩し、欠席するお友達も多くなっています。休息と遊びのバランスを整えながら、気候の良い時には、秋の自然に触れたり、一人ひとりの発達に合わせた運動遊びを楽しみたいと思います。



おねがい

- 登園リュックにキーホルダーや缶バッジを付けているお子さんへのお願いです。園内での破損や様々な事故、子ども同士のトラブルの原因になりますので、不要な物は付けないよう御協力をお願い致します。
- 夏の疲れがはじめ、子ども達も体調を崩しやすい時期となります。運動会に向けての活動も始まりますので、早寝・早起きの生活リズムを整え、朝食をしっかりと食べてから登園するようお願い致します。
- 運動会の準備の為、前日の10月1日(金)は延長保育なしとなります。ご協力よろしくお願いします。



の献立表



ひよこ0組・ひよこ1組・ひよこ2組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
<p>給食室からお知らせ</p> <p>先月は、度々献立変更があり、申し訳ございませんでした。状況により変更する場合がありますので、ご了承、ご協力よろしくお願いいたします。</p>					
1日		2日		3日	
ヨーグルト		牛乳		牛乳	
ピーマン肉詰め 人参しりしり マカロニサラダ 御飯 スープ 果物		高野豆腐の唐揚げ 南瓜のチーズ焼き ほうれん草と卵の和え物 御飯 みそ汁 果物		焼豚ラーメン ブロッコリーのごま和え ツナとトマトの和え物 果物	
牛乳 チョコクロワッサン風		サンドイッチ 牛乳		焼きおにぎり 麦茶	
エネルギー 449Kcal たんぱく質 16.4g 脂質 17.0g		エネルギー 479Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 17.0g		エネルギー 381Kcal たんぱく質 17.2g 脂質 9.5g	
6日		7日		8日	
ヨーグルト		牛乳		牛乳	
鶏肉のチーズ焼き ジャーマンポテト ブロッコリーのさっぱり和え 青梗菜と卵のスープ 果物 御飯		炒り卵かに玉風あんかけ ひじきの煮物 中華きゅうり 御飯 みそ汁 果物		肉豆腐 切干大根のカレーソテー ほうれん草のミモザサラダ みそ汁 果物 御飯	
野菜どら焼き 牛乳		焼うどん 麦茶		メロンパン（手作り） 麦茶	
エネルギー 463Kcal たんぱく質 23.4g 脂質 11.8g		エネルギー 416Kcal たんぱく質 17.8g 脂質 14.7g		エネルギー 487Kcal たんぱく質 19.9g 脂質 16.4g	
9日		10日		11日	
牛乳		ヨーグルト		牛乳	
鯖フライタルタルソースかけ 小松菜と厚揚げの煮びたし のり塩ナムル 御飯 みそ汁 果物		ツナと若布のスパゲッティ 豆腐の肉もろグラタン キャベツとアスパラの和え物 ポテトコンソメスープ 果物		ロールパン ウインナー入りポトフ 果物	
ココアバナナケーキ 牛乳		ゼリー お菓子			
エネルギー 401Kcal たんぱく質 18.9g 脂質 13.0g		エネルギー 476Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 15.5g		エネルギー 445Kcal たんぱく質 11.8g 脂質 14.5g	
13日		14日 誕生会		15日	
牛乳		牛乳		ヨーグルト	
さわらの西京焼き 五目納豆 胡瓜の酢の物 清まし汁 御飯 果物		豆腐入りのアゲット ポテトサラダ トマト（ドレッシング） 赤黄ピーマンソテー みそ汁 御飯 果物		豚肉ときのこ ケチャップソテー ブロッコリー和え シルバーサラダ みそ汁 果物 御飯	
ちんすこう ジョアブレーン		チーズケーキ 気になる野菜（ジュース）		揚げあんぱん（沢ロパン） 牛乳	
エネルギー 519Kcal たんぱく質 25.0g 脂質 17.1g		エネルギー 496Kcal たんぱく質 16.2g 脂質 21.0g		エネルギー 455Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 16.6g	
20日		21日		22日	
牛乳		牛乳		牛乳	
敬老の日 		スコッチエッグ さつま芋の含煮 法蓮草ののりしょう油和え 御飯 げんちゃん汁 果物		ミルクカレー トマト オーロラソース せん切サラダ 御飯 野菜のスープ 果物	
		南瓜入り 醤油団子 麦茶		プリン せんべい キャンディチーズ	
エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 12.8g		エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.9g 脂質 12.8g		エネルギー 529Kcal たんぱく質 19.0g 脂質 19.8g	
23日		24日		25日	
秋分の日 		みそラーメン ハンペンフライ ブロッコリーのおかか和え 果物		ロールパン 肉団子のスープ煮 果物	
		ホットケーキパン 牛乳		ヨーグルト お菓子	
エネルギー 390Kcal たんぱく質 20.7g 脂質 9.7g		エネルギー 481Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 12.5g		エネルギー 326Kcal たんぱく質 11.9g 脂質 7.9g	
27日		28日		29日	
牛乳		牛乳		牛乳	
スパニッシュオムレツ 春雨サラダ 若布とツナソテー 御飯 白菜のスープ 果物		豆腐入り煮込みハンバーグ ごぼろのサラダ ブロッコリーと ウインナーのソテー 二郎卵汁 御飯 果物		さんまのかば焼き キャベツと油揚げの炒め煮 小松菜の味噌マヨ 清まし汁 御飯 果物	
手作りベーコンマヨパン 麦茶		手作りかりんどう 麦茶		麦茶 チーズいもち	
エネルギー 428Kcal たんぱく質 15.7g 脂質 16.4g		エネルギー 447Kcal たんぱく質 17.1g 脂質 17.4g		エネルギー 420Kcal たんぱく質 16.8g 脂質 18.3g	
30日		31日		31日	
ヨーグルト		ヨーグルト		ヨーグルト	
鶏肉のマスタード焼き 水菜とツナの和え物 かぶのそぼろ煮 みそ汁 御飯 果物		さつまいもクッキー 牛乳			
エネルギー 443Kcal たんぱく質 19.2g 脂質 14.3g					

子どもの「困った」をどうする？
「遊び食べ」

「子どもの食事で困っていること」で一番多いのは遊び食べです。子どもが遊び食べをする理由として考えられるのは、テレビやおもちゃで気が散ってしまうこと、食事時間を十分な空腹で迎えられないこと、子どもが「おなかがすいた」と言っても、「ご飯の時間までもう少しだけ待とうね」などと声掛けをし、我慢の練習をしてみましょう。

我慢ができるようになると、食事への期待感が高まり、十分な空腹が得られることで、食べることに集中できます。子どもがおいしくご飯を食べるためには、おなかが空いた時間に食事ができるように食生活リズムの見直しが必要な場合もあります。無理のないところから、遊び食べが少なくなる工夫を始めてみましょう。

食事マナー

きれいな食べ方は、周囲の人に対しての食事マナーでもあります。

ひじをつかない。 食べこぼさない。 立ち歩かない。 音を立てて食べない。

☆ **お月見を楽しみましょう**

☆ 日本では旧暦の8月15日の夜（新暦の9月中旬～10月上旬）を「十五夜」と呼び、月見だんごやススキ、サトイモなどを供えて、お月見をする風習があります。このころの月を「仲秋の名月」と呼んで、昔から日本人は「いちはんきれいな月」として眺めてきました。子どもたちの「科学の眼」を育てるきっかけにもなりますね。



9月の献立表



りす組・うさぎ組・ばんだ組 中妻子供の家保育園

月	火	水	木	金	土
給食室からお知らせ					
先月は、度々献立変更があり、申し訳ございませんでした。状況により変更する場合がありますので、ご了承、ご協力よろしくお願いします。					
1日	2日	3日	4日	5日	6日
ピーマン肉詰め 人参しりしり マカロニサラダ キャベツのスープ 果物	高野豆腐の唐揚げ 南瓜のチーズ焼き ほうれん草と錦糸卵の和え物 みそ汁 果物	焼豚ラーメン ブロッコリーのごま和え ツナとトマトの和え物 果物	バタースティック マカロニスープ 果物	ヨーグルト お菓子	ヨーグルト お菓子
牛乳 チョコクロワッサン風	サンドイッチ 牛乳	焼きおにぎり 牛乳	ヨーグルト お菓子	ヨーグルト お菓子	ヨーグルト お菓子
エネルギー 385Kcal たんぱく質 15.8g 脂質 22.3g	エネルギー 383Kcal たんぱく質 17.3g 脂質 16.2g	エネルギー 508Kcal たんぱく質 23.2g 脂質 12.0g	エネルギー 467Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 13.1g	エネルギー 467Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 13.1g	エネルギー 467Kcal たんぱく質 12.0g 脂質 13.1g
7日	8日	9日	10日	11日	12日
鶏肉のチーズ焼き ジャーマンポテト ブロッコリーのさっぱり和え 青梗菜と卵のスープ 果物	炒り卵かに玉風あんかけ ひじきの煮物 中華きゅうり みそ汁 果物	肉豆腐 切干大根のカレーソテー ほうれん草のミモザサラダ みそ汁 果物	鯖フライタルタルソースかけ 小松菜と厚揚げの煮びたし のり塩ナムル みそ汁 果物	ツナと若布のスパゲッティ 豆腐の肉みそグラタン キャベツとアスパラの和え物 ポテトコンソメスープ 果物	ロールパン ウインナー入りポトフ 果物
野菜とら焼き 牛乳	焼うどん 牛乳	メロンパン（手作り） 牛乳	ミルクゼリー 塩せんべい	ココアバナナケーキ 牛乳	ゼリー お菓子
エネルギー 391Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 14.2g	エネルギー 381Kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.1g	エネルギー 489Kcal たんぱく質 24.0g 脂質 21.5g	エネルギー 328Kcal たんぱく質 22.2g 脂質 13.0g	エネルギー 577Kcal たんぱく質 27.8g 脂質 19.9g	エネルギー 517Kcal たんぱく質 13.2g 脂質 15.4g
13日	14日	15日	16日	17日	18日
さわらの西京焼き 五目納豆 胡瓜の酢の物 清まし汁 果物	豆腐入りアゲット ポテトサラダ（簡単） トマト（ドレッシング） 赤黄ピーマンソテー みそ汁 果物	豚肉ときのこのケチャップソテー ブロッコリー和え シルバーサラダ みそ汁 果物	ココット風目玉焼 きんぴらごぼう キャベツとささみのゴママヨ みそ汁 果物	カレーうどん 法蓮草の白和え 長芋の甘みそかけ 果物	食パン ふわふわ卵とじ野菜スープ 果物
ちんすこう ジョアプレーン	チーズケーキ 気になる野菜（野菜ジュース）	揚げあんぱん（沢口パン） 牛乳	ソフル せんべい	ごまめし 牛乳	飲み物 お菓子
エネルギー 432Kcal たんぱく質 25.5g 脂質 18.0g	エネルギー 442Kcal たんぱく質 15.4g 脂質 24.2g	エネルギー 448Kcal たんぱく質 23.0g 脂質 22.2g	エネルギー 357Kcal たんぱく質 18.3g 脂質 14.8g	エネルギー 561Kcal たんぱく質 23.5g 脂質 15.0g	エネルギー 351Kcal たんぱく質 11.9g 脂質 6.1g
20日	21日	22日	23日	24日	25日
敬老の日		秋分の日		御飯はいりません	御飯はいりません
スコッチエッグ さつま芋の煮煮 法蓮草のりしょう油和え けんちん汁 果物	南入り 醤油団子 牛乳	ミルクカレー トマト オーロラソース せん切サラダ 野菜のスープ 果物	プリン 揚げせんべい キャンディチーズ	みそラーメン ハンペンフライ ブロッコリーのおかか和え 果物	ロールパン 肉団子のスープ煮 果物
エネルギー 439Kcal たんぱく質 22.9g 脂質 18.3g	エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 20.7g	エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 20.7g	エネルギー 451Kcal たんぱく質 17.7g 脂質 20.7g	エネルギー 455Kcal たんぱく質 24.8g 脂質 11.1g	エネルギー 416Kcal たんぱく質 16.4g 脂質 12.6g
27日	28日	29日	30日	子どもの「困った」をどうする？ 「遊び食べ」	
スパニッシュオムレツ 春雨サラダ 若布とツナソテー 白菜のスープ 果物	豆腐入り煮込みハンバーグ ごぼうのサラダ ブロッコリーと ウィンナーのソテー ニラ卵汁 果物	さんまのかば焼き キャベツと油揚げの炒め煮 小松菜の味噌マヨ 清まし汁 果物	鶏肉のマスタート焼き 水菜とツナの和え物 かぶのそぼろ煮 みそ汁 果物		
手作りベーコンマヨパン 牛乳	手作りかりんとう 牛乳	牛乳 チーズいもち	さつまいもクッキー 牛乳	<p>「子どもの食事で困っていること」で一番多いのは遊び食べです。子どもが遊び食べをする理由として考えられるのは、テレビやおもちゃで気が散ってしまうこと、食事時間を十分な空腹で迎えられないことがあります。子どもが「おなかがすいた」と言っても、「ご飯の時間までもう少しだけ待とうね」などと声掛けをし、我慢の練習をしてみましょう。</p> <p>我慢ができるようになると、食事への期待感が高まり、十分な空腹が得られることで、食べることに集中できます。子どもがおいしくご飯を食べるためには、おなかが空いた時間に食事ができるように食生活リズムの見直しが必要な場合もあります。無理のないところから、遊び食べが少なくなる工夫を始めてみましょう。</p>	
エネルギー 405Kcal たんぱく質 18.1g 脂質 21.4g	エネルギー 433Kcal たんぱく質 20.0g 脂質 22.9g	エネルギー 392Kcal たんぱく質 19.6g 脂質 24.0g	エネルギー 376Kcal たんぱく質 21.0g 脂質 18.5g		

食事マナー

きれいな食べ方は、周囲の人に対しての食事マナーでもあります。



ひじをつかない。

食べこぼさない。

立ち歩かない。

音を立てて食べない。

☆ お月見を
楽しみましょう ☆

☆ 日本では旧暦の8月15日の夜（新暦の9月中旬～10月上旬）を「十五夜」と呼び、月見だんごやスキ、サイモなどを供えて、お月見をする風習があります。このころの月を「仲秋の名月」と呼んで、昔から日本人は「いちばんきれいな月」として眺めてきました。子どもたちの「科学の眼」を育てるきっかけにもなりますね。

子どもの「困った」をどうする？
「遊び食べ」

「子どもの食事で困っていること」で一番多いのは遊び食べです。子どもが遊び食べをする理由として考えられるのは、テレビやおもちゃで気が散ってしまうこと、食事時間を十分な空腹で迎えられないことがあります。子どもが「おなかがすいた」と言っても、「ご飯の時間までもう少しだけ待とうね」などと声掛けをし、我慢の練習をしてみましょう。

我慢ができるようになると、食事への期待感が高まり、十分な空腹が得られることで、食べることに集中できます。子どもがおいしくご飯を食べるためには、おなかが空いた時間に食事ができるように食生活リズムの見直しが必要な場合もあります。無理のないところから、遊び食べが少なくなる工夫を始めてみましょう。