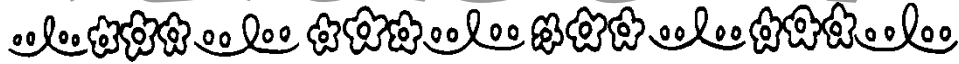


えんだより



中央保育園 西方寺 園長 萩嶺善信 水俣市古城2丁目7番7号 電話 63-1828

朝夕は、だいぶ涼しく感じるようになってきました。

一段と日に焼けた子ども達・・・休み中の楽しかった出来事を教えてくれました。話し方や表情もキラキラ輝き、しっかりとした成長が感じられ頼もしくも見えます。

10月は大運動会が行われます。今月より運動会に向けて練習が始まります。一人ひとりの力を発揮すると共に、団結してやり遂げる喜びを体験できるよう頑張りたいと思います。今年もご家族の皆様と一緒に楽しんで頂ける様計画中です。

気温差も激しい時期でもあります。体調管理には十分気をつけて思いでいっぱい運動会にしていきたいですね

今月の目標 報恩感謝・・社会や自然の恵みに感謝しよう（ありがとう）

保育目標

クラス サイホージ・トーキョー :みんなでやり遂げる達成感を味わう。

クラス ニューヨーク :体を十分に動かしながら運動遊びを楽しむ。

クラス ロンドン :保育者や友だちと一緒に外遊びや全身を使った遊びを楽しむ。

クラス パリ :体を動かして遊ぶ楽しさや気持ちよさを味わう。



パリ

9月生まれのおともだち

Y・そらくん 1歳 (H23・9・8)

M・かりんちゃん 1歳 (H23・9・15)

N・ひなちゃん 1歳 (H23・9・18)

ニューヨーク

M・はなちゃん 4歳 (H20・9・29)

トーキョー

A・ここみちゃん 5歳 (H19・9・23)

M・こうたろうくん 5歳 (H19・9・27)

サイホージ

S・りょうへいくん 6歳 (H18・9・9)



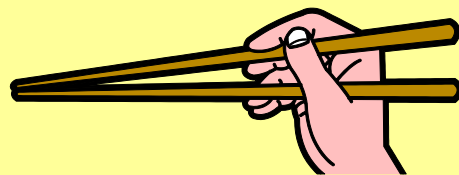
おとなも見直したい食事マナー⑤

特集はし1. はしを正しく持てますか？

自分のはしの持ち方に自信がないお父さん、お母さん。
大人になってから苦労していませんか？

はしの持ち方は、自然に身につくものではありません。
子どもの時から身近なおとなのまねをしたり、意識的に練習
したりして身につけていくものです。

お子さんのためにも、家族みんなで一緒にはしの持ち方を練習してみませんか。
日本人の生活に、はしは欠かせないもの。はしの使い方が上手な親子を目指しましょう。



夏の思い出キッズ



非常食のチェックをしましょう



9月は防災月間です。いざという時のために食べ物の備蓄はしていますか。
飲料水や非常食（缶詰、乾パン、アルファ米、インスタント食品など）は最低3日分を用意
しましょう。

災害時、子どもの心を癒やすことができるので、お菓子があるとよいですね。食物アレルギー
のお子さんがある場合は、子どもにあった非常食を用意しておきましょう。



9月食育だより



今月の食育目標

- トーキョー・サイホージ・・・食に興味を持ち 自ら進んで食べる
- ニューヨーク・・・・・・4つのお皿の意味を理解し 正しく食べる
- ロンドン・・・・・・楽しく会話をしながら 苦手なものも少しずつ食べる
- パリ・・・・・・スプーンの持ち方に気をつけながら食べる練習をする

栄養バランスのよい食事のつくり方

3色の食べ物をそろえましょう

毎日の食事で、お子さんの好むものばかりを食べさせていると、心身の成長に必要な栄養が偏る可能性があります。

3色食品群は、栄養的な特徴で食べ物を3つのグループに分ける分類法です。各グループから偏りがないように食べ物を選び、主食、おかず（主菜、副菜）、汁物を組み合わせて栄養バランスのよい食事をつくりましょう。

旬の食べ物を取り入れましょう

野菜や果物などは、季節や鮮度などによって栄養価が変わります。緑のグループの食べ物を食べればよいからと、一年中ピーマンや大根を食べ続けていても、季節外れで栄養価が低かったり、値段が高かったりすることがあります。

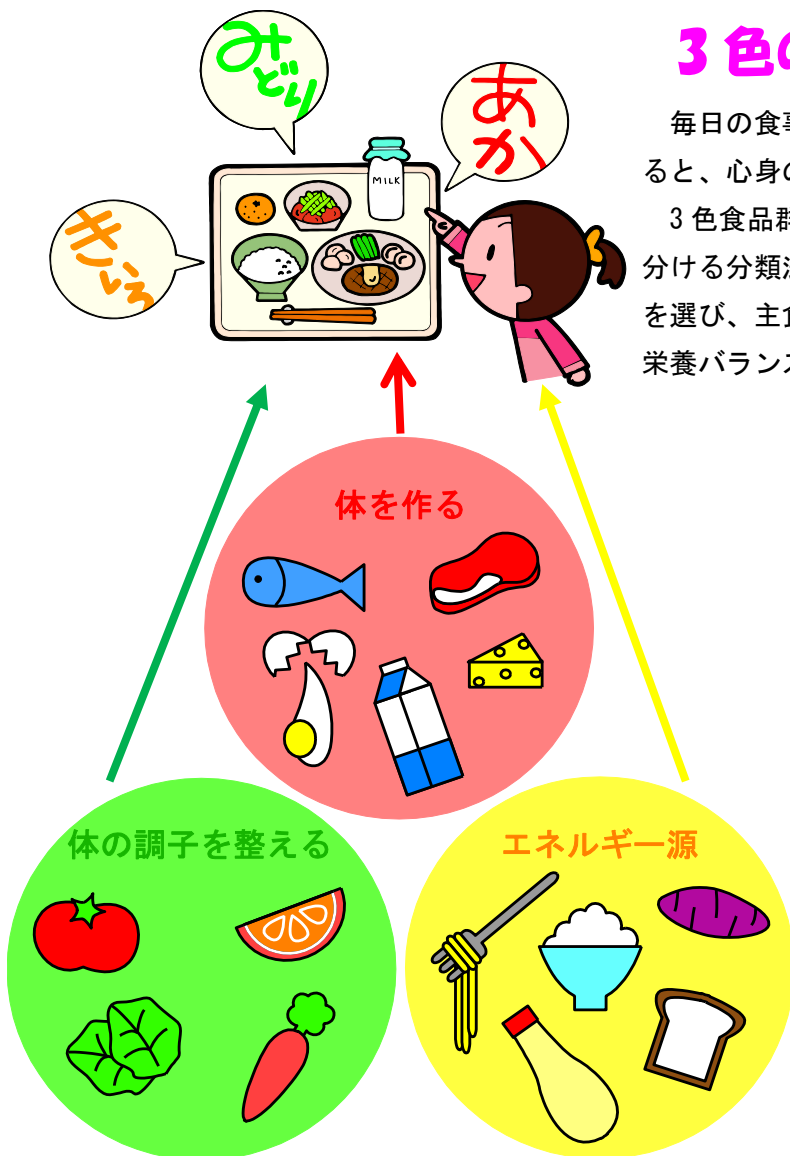
できるだけ、出盛り期のものを食事に取り入れましょう。

クイズ

どの色のグループに入るかな？

- ★もち ★にぼし ★もやし ★アボカド
- ★スパゲティ ★ウィンナー

※答えは欄外に載ってます



お彼岸をご存知ですか？

彼岸とは、向こう岸を意味する言葉です。

この世から川の向こうの悟りの世界へ渡るために教えを守り、行いを慎む期間とされていたものが春分の日と秋分の日と結びついて墓参りなどをする年中行事となりました。

お彼岸は季節の区切りとして「暑さ寒さも彼岸まで」といわれているように、春分・秋分の日が太陽が真東から上がって真西に沈むことから、西方極楽浄土の信仰と結びついた日本独自の仏教行事です。

仏教では、古来この日を中心に彼岸会を行ない祖先の霊を慰める法要をしてきました。この日は昼夜の時間の長さが等分で、太陽が真西に沈むことから、弥蛇の在所の方向を正しく修正に示し、往生の本願を遂げさせるために仏事を営むよい季節であると言われています。

「彼岸」はぼん語の paramita (はらみた) の訳で「むこうぎし」という意味で、お寺で「彼岸会」を行って信仰する人を極楽浄土に導くというわけです。

つまり・・・「彼岸」とは仏の教えを実行することです。

「藤本幸邦」の名言(長野県出身宗教家、僧侶)

はきものをそろえると 心もそろう 心がそろうと はきものもそろう
ぬぐとときに そろえておくと はくとときに 心がみだれない
だれかがみだしておいたら だまって そろえておいてあげよう
そうすればきっと 世界中の人も心もそろうでしょう。



☆☆今、facebook でも話題の心に残る名言・格言・いい言葉を紹介します。

人は口からプラスのこともマイナスのことも言う。

だから「吐」という字は「口」「十」「一」でできている。

人がマイナスのことをいわなくなると「一」が消えて、

「叶」という字になる。

これをしたらあなたの夢や希望は叶うでしょう。

(無名：教師に言われて衝撃を受けた言葉の一つ)

◎思いや望みが叶うのは「プラスの言葉」を口癖のように発しているから・・・

プラスの言葉がプラスの出来事を呼び寄せるとわたしは思います。

「苦しくなったら、私の背中を見て。」

「強いってことは、泣かないことじゃない。泣いてもまた笑えること。」

(女子サッカー日本代表沢穂希選手)

～夏の思い出～



夏のコンサート(*^_^*)
私たちの知っている歌をたくさんうた
ってくれました。楽しい夏の思い出を
ありがとうございました！！



ちよんかけごまのつなわたり
～！！(〇)
はじめてみるお友達も多く
みんな大歓声でした！！



1, 2, 3, 4, ...
しっかり準備体操！！



きもちいい～！(*^_^*)
暑いときは
プールよね～！！



暑いときはこれにかぎる！！か
き氷引換券をつかって
かき氷屋さんごっこをしました
(*^_^*)





今月の行事予定 ~9月~

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 英語あそび 月曜集会	4	5 自由保育参観 英語あそび	6	7 → // 避難訓練	8
9	10 英語あそび 月曜集会	11	12 英語あそび	13	14	15
16	17 敬老の日	18	19 英語あそび	20	21 誕生会	22 春分の日
23	24 英語あそび 月曜集会	25	26 英語あそび	27	28	29
30 十五夜	十五夜（じゅうごや）： 昔の暦（カレンダー）の8月15日の日。一年の中で一番お月さまがきれいに見える日です。夜、お月さまを眺めてみてください。					

自由保育参観

9月5日(水)・6日(木)・7日(金)の3日間、自由保育参観があります。

9時00分より11時00分まで、日頃の保育、園での子どもたちの様子などをご自由にご覧いただけます。

おねがい

ご家庭で眠っている絵本がありましたら寄付をお願いします。
毎日の本読み用の絵本に使わせて頂きます。

