

# The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES -

Sep/ 01 / 2019

No. 00557 Free Newspaper



園だより - さいほうじレター -

園長: 萩嶺 麗子

担当 吉野 誠

E-mail: SaihoujiGroup@msnl.com

まだまだ暑い日が続きます。運動会の練習や体操のあとには冷たいシャワーを浴びて気持ち良く過ごせるようにしていきます。子どもたちは遊びに夢中になると水分補給が疎かになりがちなので、こまめに水分をとって、無事この暑さを乗り切っていこうと思っています。



☆ 今月の目標 ☆

- The PSYHOUI LETTER Prime -

## 報恩感謝

(社会や自然の恵みに感謝しよう)



すみれ/

Class Violet

運動会の練習をする中で、友達と競争したり、協力する大切さを知る



ひまわり/

Class Sunflower

運動会の練習に真剣に参加してきた喜びを感じる



さくら/

Class Cherry Blossom

外でたくさん体を動かして遊ぶ



ばら/

Class Rose

十分に体を動かして遊ぶ体力をつくる

## クラスの様子

### ばら組

新しいお友達が増え、走ることができるお友達から、ハイハイ、つかまり立ちのお友達までにぎやかなばら組さんです♪安全にはより一層注意していきたいと思います。

### さくら組

プールで水に顔をつけるのもこわがっていた子ども達も、みんなつけられるようになりました。

### すみれ・ひまわり組

7月に比べると水に慣れ、一人ひとり成長が見られます。プール遊びにも楽しんで参加することができました。

## 敬老の日

敬老の日は、1965年に「多年に渡り社会につくしてきた老人を敬愛し長寿を祝う日」と法律で定められました。

この機にご家庭でも、お子様と一緒に日ごろの感謝をこめて、たくさん『ありがとう』を伝えていけると、きっとおじいちゃんおばあちゃんも嬉しいですね。



### ☆9月生まれのおともだち☆

【ばら組】

20日

もかちゃん(1歳)

【職員】

3日

れいこせんせい

29日

みどりせんせい

- The PSYHOUI LETTER Prime -  
 西方寺認定こども園 園だより【さいほうじレター】

☆ 9月の  
 スケジュール ☆

- The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime -

月/Mon	火/Tue	水/Wed	木/Thu	金/Fri	土/Sat	日/Sun
						1
2	3	4	5 安全訓練	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16 敬老の日	17	18 誕生会	19	20	21	22
23 秋分の日	24	25 避難訓練	26	27	28	29
30						

### 新しいお友だち



ばら組にお友だちが増えました！  
 仲良くしてくださいね♪

### ※お知らせ※

- ・ 今月から運動会の練習が始まり沢山汗をかきます。体に合ったサイズの着替え、肌着を多めにもたせて頂き、体操服、もしくは動きやすい服、足に合ったサイズの靴での登園をよろしくお願ひします。
- ・ 早寝・早起きをし、毎日しっかり朝食を食べるようお願ひします。
- ・ お洋服の着脱を練習しています。脱ぎ着しやすいもの、サイズの確認をお願ひします(ばら組)

### 8月のようす プール遊び気持ちいい！



▲もちきびの収穫！

▲さくら組新人も張り切ってます！

▲ばら組さんは小さいプール。

# The News Restaurant Parisienne

給食だより - パリジェンヌ 担当: 溝上みどり 森下キクヨ 小嶋郁代 瀧上弘美

厳しかった夏の陽ざしも秋風とともに和らいできました。これからは、「秋」本番が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。今月は運動会の練習などで毎日の活動量が増え、子どもたちの食育が増えていくでしょう

## 3つの色の仲間の食べ物を食べましょう

子どもの食事は、健やかな成長・発達のために、必要な栄養をバランスよくとることが大切です。食べ物は含まれている栄養素によって、いくつかのグループに分類されます。ごはんやパン、油などは黄の仲間、エネルギーのもとになります。魚や肉、卵、牛乳、豆類などは赤の仲間、体をつくるもとになり、野菜や果物などは緑の仲間、体の調子をととのえるもとになります。黄や赤、緑の食べ物を偏りなく組み合わせて、いろいろなものを食べましょう。

## 朝ごはんを食べよう!

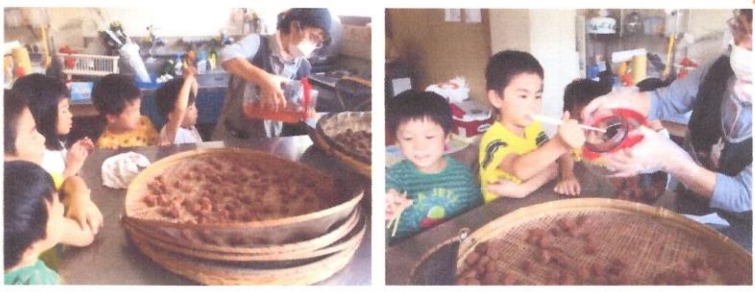
朝ごはんは一日の生活のスタートです。朝起きたときの身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。朝ごはんを食べないとぼーっとしてケガにつながったり、いらいらしたり、元気にあそぶことができません。また、1回の量があまり多く食べられない子どもにとって、朝食は大切な栄養源。お友達とたくさん活動できるように朝ごはんをしっかりと食べましょう!

## 非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶詰・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。

## 梅干し作り

先日、すみれ組さんで梅干し作りをしました。3日間干した梅干しを丁寧に1個ずつ瓶の中にしそと交互に入れていきました。おいしい梅干しができるかな?





日	曜	行事	3歳未満児 おやつ	昼食 (副食)	3時のおやつ
1	日				
2	月		牛乳 卵ボーロ	だんご汁 青梗菜の肉炒め 納豆	牛乳 オレンジケーキ
3	火		果汁 クッキー	鮭のレモン焼き ごまあえ みそ汁	お茶 炒り大豆のおこし風
4	水		牛乳 動物ヨーチ	中華サラダ ちくわの照煮 スープ	ミルク チーズ クラッカー
5	木	安全訓練	お茶 ミゼーリ	炒り豆腐 酢の物 すまし汁	牛乳 アーモンドクッキー
6	金		牛乳 丸ぼうろ	きびなごフライ 生野菜 みそ汁	ヨーグルト せんべい
	土		牛乳 ビスコ	ナポリタン スープ	牛乳 ビスケット
8	日				
9	月		牛乳 黒棒	ハヤシライス コールスローサラダ りんご	牛乳 人参ケーキ
10	火		果汁 野菜バー	魚のピザ焼き みそ汁 昆布の佃煮	牛乳 ミニバウム
11	水		牛乳 ビスコ	豆腐の小判焼き おひたし スープ	ミルク つなっこ
12	木		お茶 もも缶	ビーフン炒め サラダ かきたま汁	牛乳 ジャムサンド
13	金		牛乳 ウエハース	かきあげ ウインナー 野菜 すまし汁	フルーツポンチ
14	土		牛乳 クッキー	きつねうどん サラダ	ヨーグルト せんべい
15	日				
16	月	敬老の日			
17	火		果汁 ビスケット	鮭の西京焼 おひたし みそ汁 漬物	お茶 芋ようかん
18	水	誕生会	牛乳 せんべい	お箸とコップを忘れずに・・・	牛乳 ケーキ
19	木		お茶 キャンディチーズ	五目煮豆 サラダ みそ汁	牛乳 カルシウムラスク
20	金		牛乳 コーンフレーク	あじの南蛮漬け おかかあえ すまし汁	ヨーグルト カルテツブレ
21	土		牛乳 丸ぼうろ	ちゃんぽん おにぎり	牛乳 クラッカー
22	日				
23	月	秋分の日			
24	火		果汁 クラッカー	ロースチキン 粉ふき芋 野菜 みそ汁	牛乳 りんごの鉄板ケーキ
25	水	避難訓練	牛乳 ラスク	レバーのBBQソース煮 サラダ スープ	ミルク ビスコ チーズ
26	木		お茶 みかん缶	野菜のピーナツあえ ウインナー すまし汁	牛乳 チーズ蒸しパン
27	金		牛乳 スティックパン	鯖の竜田あげ 野菜 みそ汁	お茶 きなこだんご
28	土		牛乳 ビスケット	焼きそば スープ	ヨーグルト ビスコ
29	日				
30	月		牛乳 カステラ	カレーライス かぼちゃサラダ 福神漬	牛乳 ビスケット

9か月～11か月

歯ぐきでつぶせる固さ。全がゆ～やわらかごはん。  
野菜などの食材を細かく刻んでやわらかくなるまで煮込む。

12か月～15か月

歯ぐきで噛める固さ。やわらかごはん～ごはん。  
鉄分が不足しやすいので赤身の魚、レバーなど。  
緑黄色野菜を多く。やわらかくなるまで薄味で煮込む。