

# The PSYHOUI LETTER

## PSYHOUI KINDERHEARTS

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

Oct 01/2021 No.00582 FreeNewspaper



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: [SahoujiGroup@msn](mailto:SahoujiGroup@msn)

日中の暑さはまだ残りますが、朝晩には肌寒さを感じるようになりました。季節の変わり目で体調を崩しやすくなっております。外から帰ってきたら必ず手洗い、うがいを心掛けましょう。今月は運動会に遠足、畑の収穫など、イベント盛りだくさん！万全な体調で臨む為にもご協力よろしくおねがいします。

☆ 今月の目標 ☆

- The PSYHOUI LETTER Prime -

## 同時協力 (お互いに助け合おう)



すみれ/

Class Violet

園最後の運動会で自分の力を十分に発揮し充実感を味わう



ひまわり/

Class Sunflower

運動会で自分の全力を出せるようにする



さくら/

Class Cherry Blossom

運動会に楽しんで参加する



ばら/

Class Rose

戸外や散歩を楽しみ秋の自然を心や体で感じる



### 9月の各クラス様子



ひまわり・すみれ組

運動会に向けて毎日の練習を頑張っている子ども達です！保護者の皆様の応援が子ども達の1番のやる気につながります。応援よろしくお祈いします。

### さくら組

毎日、運動会へ向けて練習を頑張っています！去年よりも参加種目が増えましたが、楽しんで練習できています。子ども達の成長を楽しみにしててください。

### ばら組

食欲の秋！ばら組の子ども達も食欲旺盛です。

お願い

- ・つめがのびているお友達が多いです。こまめに切ってあげてください。
- ・朝夕と日中の気温差が大きくなるので、衣服の調節ができるような着替えを持たせてください。



### 10月の誕生者



ばら

12日

そうきくん (3歳)

ひまわり

9日

りょうすけくん (5歳)

職員

6日 小嶋 いくよ先生

13日 萩嶺 さき先生

22日 三藤 かな先生

24日 寛 ルーシー先生



↑隔月で行われる  
YY 指導日の様子です



☆ 10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 予行練習	5	6 おにぎりの日 みなよむ号	7	8	9 運動会	10
11 (平日)	12	13 誕生会	14	15	16	17
18	19	20	21 不審者訓練	22	23	24
25	26	27 避難訓練	28	29 秋の遠足	30	31

防災訓練 (地震)



9月1日は防災の日  
地震発生時の避難訓練を行いました。  
地震の時に気を付ける事を絵本を通して学びました。  
お家でも地震の時どうするか相談しておくとう安心ですね。

読書の秋です



西方寺認定こども園でもさくら、ひまわり、すみれ組は毎日絵本読みを行っています。自分で本を読める子ども多い為、読み聞かせは必要無いように思いますが、読み聞かせには沢山の効果を期待できます。中でも保護者と子のコミュニケーションになり、お互いのストレス緩和になる。本が好きになる。と言う点は子どもにとってとても重要ではないでしょうか。しかし、子どもも保護者もストレスになる状態では逆効果。その際気を付ける事を記載します。

1. 嫌がる時はしない
2. 子どもの表情を見ながら読む
3. 質問されたら答える
4. 本の内容をテストしない
5. 叱らない

絵本の選び方が分からないなどあれば職員に聞いてみてください。図書館へ行って子どもに選ばせるのも楽しいかもしれません。

幼児期に本に親しむという事は、本に沢山いい思い出をつくるということです。

本好きでなくても、嫌いにならないよう楽しい思い出を作っていけると良いですね。



# The News Restaurant Parisienne

給食だより-ハリシエンズ

担当: 溝上みどり 森下キクヨ 小嶋郁代 瀧上弘美

運動会やさつま芋掘りなど、秋は子どもたちが楽しみにしている行事が盛りだくさんです。行事を体験することで、子どもの成長を感じられることも多いと思います。それらの行事を楽しむためにも、早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、毎日の生活リズムを整えましょう。

じゃがいも

さつまいも

さといも

ながいも

## 身近な食品 いも

いもは植物の根や茎（地下茎）などが栄養を蓄えて膨らんだものです。いろいろないもが食べられていて、とても身近な食品です。



### じゃがいも



じゃがいもは地下茎から膨らんだものです。糖質やカリウム、ビタミンCが豊富です。また、食物繊維が実はさつまいもよりも多いのも特徴です。コロッケや肉じゃが、スープなどで食べられます。

### さつまいも



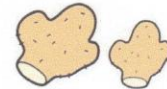
さつまいもは根から膨らんだものです。糖質がいもの中でも特に多く含まれ、ビタミンCも豊富です。ふかしいも、大学いも、天ぷら、スイートポテトなどで食べられます。

### さといも



さといもは地下茎が膨らんだものです。水分が多く、カリウムも豊富に含まれています。特有のぬめりがあるのが特徴です。煮物やコロッケなどで食べられます。

### ながいも



ながいもは坦根体（根と茎の中間の性質を持つ部分）が膨らんだものです。糖質やカリウムが豊富ですが、食物繊維はあまり多くありません。生で食べることができ、とろろや漬物などで食べられます。

## ごまたたき体験

先日、すみれ、ひまわり組さんと、収穫して乾燥してあったごまを棒で叩いてもらいました。叩くと小さいごまがたくさん落ちて「あ！ごまだー」とびっくりしていました。





日	曜	行事	未満児おやつ	昼食	おやつ
1	金		牛乳 小魚チップ	白身魚フライ 生野菜 みそ汁	牛乳 ビスケット
2	土			シーチキンごはん スープ	
3	日				
4	月		牛乳 ウエハース	クリームシチュー 野菜サラダ ミニゼリー	牛乳 レモンケーキ
5	火		果汁 クッキー	千草焼き 野菜 酢の物 みそ汁	お茶 甘辛だんご
6	水	おにぎりの日	牛乳 野菜バー	ししゃも ポテトサラダ みそ汁	ミルク チーズ ビスコ
7	木		お茶 みかん缶	高野豆腐のふわふわ煮 野菜サラダ すまし汁	牛乳 フレンチトースト
8	金		牛乳 コーンフレーク	さつま揚げ 野菜 みそ汁	ヨーグルト せんべい
9	土	運動会			
10	日				
11	月	安全訓練	牛乳 卵ボーロ	ほうとう汁 切干大根の煮物 納豆	牛乳 黒糖ケーキ
12	火		果汁 ビスケット	ジャーマンポテト 酢の物 みそ汁	お茶 かぼちゃスコーン
13	水	誕生会	牛乳 クラッカー	お箸とコップを忘れずに・・・	牛乳 ケーキ
14	木		お茶 黒棒	栄養きんぴら しゅうまい みそ汁	牛乳 チーズサンド
15	金		牛乳 ラスク	白身魚のカレー揚げ 野菜 みそ汁	ミルク コロコロのり味
16	土		牛乳 せんべい	ナポリタン スープ	牛乳 ビスケット
17	日				
18	月		牛乳 えびせん	すいとん汁 ひじきの煮物 ウィンナー	牛乳 コーンフレーク
19	火	クッキング	果汁 ビスコ	鶏のマーマレード焼き 野菜 すまし汁	お茶 おさつごま団子
20	水		牛乳 カステラ	中華サラダ 竹輪の照煮 みそ汁	ミルク チーズ クラッカー
21	木	不審者訓練	お茶 チーズ	肉豆腐 ごまあえ すまし汁	牛乳 ビザトースト
22	金		牛乳 動物ヨーチ	栄養揚げ 野菜 みそ汁	ヨーグルト カルテツサブレ
23	土		牛乳 野菜バー	ちゃんこうどん ミニゼリー	牛乳 ビスコ
24	日				
25	月		牛乳 せんべい	カレーライス フルーツサラダ 福神漬	牛乳 蒸しパン
26	火		果汁 丸ぼうろ	魚の照焼き かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁	お茶 牛乳もち
27	水	避難訓練	牛乳 スティックパン	肉と野菜の炒め物 なし みそ汁	ミルク ミニバウム
28	木		お茶 ミニゼリー	パン ミートスパゲティー 豆サラダ スープ	フルーツヨーグルト
29	金	秋の遠足	牛乳 リンゴジャムサンド	お弁当(おやつは園で準備します)	牛乳 お菓子
30	土		牛乳 卵ボーロ	ちゃんぽん サラダ	牛乳 せんべい
31	日				
9ヶ月～11ヵ月			12ヶ月～15ヶ月		
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			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 赤みの魚、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		