

The PSYHOUI LETTER

PSYHOUI KINDERHEARTS

The PSYHOUI KINDERHEARTS Prime - The PSYHOUI LETTER PSYHOUI KINDERHEARTS - THE PSYHOUI TIMES - Sep 01/2021 No.00581 Free Newspaper



園だより - さいほうじレター -

園長 萩嶺 麗子 担当 古川 浩司

E-mail: SaihoujiGroup@msn.c

気が付けば田んぼの稲にも実が付き始める季節になりました。
 そんな稲穂のように子供達もすくすく成長しているなど感じられます。
 これから運動会に向けて、かけっこ・お遊戯の練習がありますので、
 どんな成長が見られるか、お見せできるかと今から楽しみです。
 まだまだ暑い日が続きますが、暑さ対策をしっかりと頑張りましょう！！



☆ 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、協力したりする大切さを知る。



ひまわり/
Class Sunflower

運動会の練習に真剣に参加し、できた喜びを感じる。



さくら/
Class Cherry Blossom

運動会の練習に意欲的に取り組む。



ばら/
Class Rose

秋の自然に触れ、外遊びや散歩を楽しむ。

クラスの様子

<すみれ・ひまわり>

プール遊びでは顔をつけたり、泳いだり、水に慣れ楽しんでいました。

<さくら>

お友達の名前を呼び、「一緒に遊ぼう」と誘い合う姿がよく見られようになりました。仲良く遊んでいます。

<ばら>

おしゃべりが上手になってきたばら組の子供達です。

毎日の子供達同士の会話や保育士とのやり取りがとても楽しい様子です。



おたんじょうびおめでとう



【ばらぐみ】

18日 さちちゃん (2さい)
20日 もかちゃん (3さい)



☆ 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 地震訓練	2	3	4	5
6 安全訓練	7	8	9	10	11	12
13	14	15 誕生会	16	17	18	19
20 敬老の日	21 十五夜	24 YY 指導	23 秋分の日	24 避難訓練	25	26
27	28	29	30			

★ お願い ★

- ◆運動会の練習が始まります。
子供の足に合った靴を履かせて下さい。
- ◆早寝・早起き・朝ご飯をお願いします。

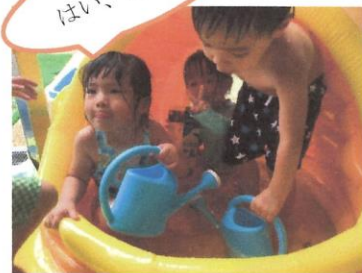
<楽しかったよ〜>

今年の夏も、プールや川遊びでたくさんの思い出が出来ました。

水の中もこのとおりじゃ



はい、どうぞ



おなががすいたよね〜



キャンプの川遊び

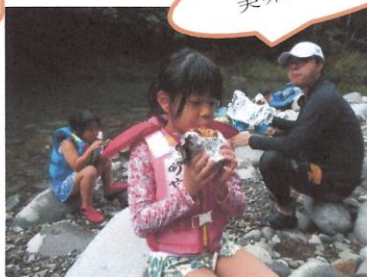
さむいわね



うーん、熱いんですけど



美味しいかい？



冷たい？





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。秋は食欲もぐんとアップ！好き嫌いをなくす良い機会かもしれません。

幼児期に育む大切な 生活リズム

生活リズムは、子供の成長や発達にとっても大切です。基本的な生活習慣をくり返すことで、幼児期に定着させましょう。



生活リズムをととのえるコツ

早起き・早寝をする



まずは、早起きを習慣にすると夜も早めに眠れるようになります。毎日、同じ時間、同じサイクルで早起き・早寝をして十分な睡眠時間を確保しましょう。睡眠中には、骨や筋肉をつくったり免疫力を高めたりするのに必要な成長ホルモンが分泌されています。

朝ご飯を食べる



朝ごはんは、午前中のエネルギー源となる大切な食事です。特にごはんやパンなどの炭水化物は、体内でブドウ糖に分解されて脳のおもなエネルギー源になります。また、朝ご飯を食べると、胃や腸が動き始め、内臓が目覚め、朝の排便につながります。

朝の光を浴びる

ヒトの体内時計は、24時間よりも少し長い周期のリズムを刻んでいます。そこで朝の光を浴びると地球の24時間周期と一致させることができます。また、朝の光には、脳と体を覚醒させ、日中活動しやすくすると共に心のバランスをととのえる役割があります。

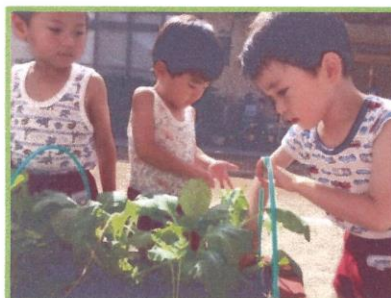
日中に体を動かす



思いきり体を動かして遊ぶと、おなかがいっぱいおいしく食事ができたり、疲れてぐっすり眠れたりするため、規則正しい生活リズムにつながります。外に出て遊ぶことができない状況では、室内でできることを探して、日中はなるべく体を動かしましょう。

小松菜収穫

すみれ組入り口前の大きなプランターで育てた小松菜を収穫しました。小さくてやわらかだったのでみんな丁寧にとりました。その日の給食のみそ汁に入れて食べました。!(^^)!





日	曜	行事	未満児おやつ	昼食	おやつ
1	水	地震訓練	牛乳 ウエハース	豆腐の小判焼き おひたし スープ	ミルク チーズ ビスコ
2	木		お茶 みかん缶	鶏肉のマリネ 野菜 みそ汁	牛乳 オレンジケーキ
3	金		牛乳 小魚チップ	きびなごフライ 生野菜 みそ汁	牛乳 おふラスク
4	土		牛乳 クッキー	ちゃんぽん サラダ	牛乳 せんべい
5	日				
6	月		牛乳 卵ポーロ	ハヤシライス コールスローサラダ パナナ	牛乳 ビスケット
7	火	安全訓練	果汁 ミニバウム	ローストチキン 粉ふき芋 野菜 みそ汁	お茶 芋ようかん
8	水		牛乳 丸ぼうろ	ししゃも マカロニサラダ みそ汁	ミルク アーモンドクッキー
9	木		お茶 黒棒	五目煮豆 サラダ すまし汁	牛乳 ジャムサンド
10	金		牛乳 コーンフレーク	かき揚げ ウインナー 野菜 みそ汁	ヨーグルト せんべい
11	土		牛乳 クラッカー	焼きそば スープ	牛乳 ミニバウム
12	日				
13	月		牛乳 クッキー	だんご汁 青梗菜の肉炒め 納豆	牛乳 りんごの鉄板ケーキ
14	火		果汁 野菜バー	鮭のレモン焼き ごまあえ みそ汁 なし	ミルク チーズ蒸しパン
15	水	誕生会	牛乳 ビスコ	お箸とコップを忘れずに...	牛乳 ケーキ
16	木		お茶 チーズ	ビーフン炒め サラダ かきたま汁	牛乳 カルシウムラスク
17	金		牛乳 ビスケット	栄養揚げ 生野菜 みそ汁	ミルク 鯛あられ
18	土		牛乳 小魚チップ	和風スパゲティー スープ	牛乳 ビスコ
19	日				
20	月	敬老の日			
21	火	十五夜	果汁 えびせん	魚のピザ焼き 野菜 みそ汁	お茶 うさぎまんじゅう
22	水	YY指導	牛乳 ラスク	レバーのBBQソース煮 サラダ スープ	牛乳 チーズ クラッカー
23	木	秋分の日			
24	金	避難訓練	牛乳 スティックパン	鯖の竜田揚げ 野菜 みそ汁	ヨーグルト かりんとう
25	土		牛乳 ウエハース	きつねうどん サラダ	牛乳 ビスケット
26	日				
27	月		牛乳 リンゴジャムサンド	カレーライス かぼちゃサラダ 福神漬	牛乳 コーンフレーク
28	火		果汁 カステラ	鮭の西京焼き おひたし みそ汁 みかん	お茶 さつま芋の塩キャラメル
29	水		牛乳 クラッカー	ゆで豚のごまだれ ちくわの照煮 すまし汁	ミルク ミニバウム
30	木		お茶 ミニゼリー	筑前煮 おひたし みそ汁	牛乳 人参ケーキ
1	金				
9ヶ月～11か月			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		