



# あじさい保育園だより 9月号

**Ajisai  
Active  
Attractive**

日中は残暑が厳しいものの、朝夕の風や虫の音に、秋の訪れを感じる季節となりました。それぞれ楽しかった夏の思い出がクラスに飾られています。今月は運動会。各クラス、遊びや体育教室を通して、頑張ってきた姿をご覧いただけたと思います。夏の疲れが出る時期です。十分な睡眠と食事と取り、体調を整え、元気に参加できるようにしましょう。



## お知らせ

### ① 総合防災訓練：1日に変更です

日にちを変更します。防災週間 8/30～9/5 のため、災害ダイヤルの体験利用も行いますので、1日(金)に変更します。今年は度重なる豪雨、これからの台風シーズン等、どこで災害が起こるかわかりません。日頃より、訓練を通して、有事の際にどう行動したらよいのか、子どもたちと共に考え、知らせていきたいと思えます。給食も防災食となります。災害ダイヤルの利用方法は当日、メールでお知らせします。

### ② 運動会

今年は9/30(土)です。妙典小学校をお借りして行います。今月から、本格的に練習も始まり、エイ・ヤー・サーの元気な声が響いています。ひかり・つばさ・きずな・みらいのお子さまは、15日、22日は予行練習です。9時までに登園してください。詳細はクラスの掲示をご覧ください。

### ③ 6つの“こ食”

秋と言えば食欲の秋ですが、最近問題になっているのが、“こ食”  
**孤食・個食・固食・小食・粉食・濃食**…家族がバラバラに食事を取ったり、家族がバラバラの物を食べたり、自分の好きな物だけを食べたり、パンや麺などの小麦を多くとったり、加工品や味の濃いメニューになりがちです。“こ食”は栄養が偏るだけではなく、社会性や協調性にも影響を及ぼします。また、キレやすくなったり、肥満や生活習慣病の原因にもなります。仕事に子育て、そして、家事と大変でしょうが、1日1回、できなければ、お休みの日には家族揃って、食事を取るようにしましょう。一緒に食べることで、お子さまとの会話も弾み、健康な身心が育ちます。



## 10月の予定

2日 身体測定	2・3・4週目 個人面談(希望者)
3日 誕生会	10日・24日・31日 妙典中交流
4日・12日・18日・26日 体育教室	13日 芋ほり(4・5歳児)
9日 体育の日	20日 避難訓練
	27日 5歳児職場体験



## 9月の行事

1	金	身体測定・総合防災訓練
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	誕生会
6	水	体育教室:写真撮影
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	妙典中交流
13	水	
14	木	体育教室
15	金	運動会予行練習①:写真撮影
16	土	
17	日	
18	月	敬老の日
19	火	妙典中交流
20	水	体育教室
21	木	
22	金	運動会予行練習②
23	土	秋分の日
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	体育教室
28	木	
29	金	
30	土	運動会