



今年の夏は、猛暑日が続いただけでなく、各地での地震速報や降水量の記録更新のニュースを何度も耳にしました。

そして、山の日などの祝日振替などもありお盆休みが長く、お墓参りや親戚の集まり、お出掛けなど楽しい時間を過ごされたご家庭が多かったと思います。

暦の上では秋ですが、まだ残暑は厳しく、子どもたちの大好きな外遊びが出来るか微妙です。

暫くは、寝苦しい夜も続くかと思いますが、大人はもちろん子どもも体調を崩しやすい状態だと考えられますので十分な睡眠と規則正しい食生活を心掛けましょう。



お知らせ & お願い

- ① 9/6(金)は、2回目の引き渡し訓練の日です。子ども達が不安にならないよう早目に引き取りに来てあげて下さい。
- ② 9/13(金)は、祖父母参観日です。日頃の様子を見ていただければ幸いです。また、車は決められた駐車場をご利用下さいませ。
※靴は各自準備されたビニール袋に入れお手元をお願いします。
※詳細は 8/24(土)に、ハグノートにて送信してありますので、ご家族の方にもお伝え下さい。
- ③ 8/26(月)に、ハグノートにてお知らせしてありますが、保護者会主催《パパ・ママ会》があります。お菓子とジュースを飲みながら、楽しくお話をしませんか？
必ず参加の有無、参加人数をお知らせ下さい。
- ④ 10/5(土)ちび☆きら祭りがあります。
お楽しみに～(^_-)-☆ (後日お知らせ)

10月1日(火)～3日(木) 14歳の挑戦

今年度も清明中学校 2年生の生徒が、学校外での職場体験活動や福祉・ボランティア活動に参加をする

「14歳の挑戦」をちび☆きらで体験をします。

3日間ですが、園児たちと触れ合い、学び、貴重な体験ができるよう見守ってあげたいと思っています。
嬉しいことに、卒園生も来てくれます(^_-)-☆

薄着の習慣は秋からスタート(10月を目途)

肌寒くなって来ると、ついつい自分感覚で子どもに厚着をさせ

たくなりますが、昔から「**子どもは風の子**」と言われるように実は寒さに強いのです。

薄着でいると冷たい外気が刺激となって自律神経などの神経系全体が活発に働くようになり体温調節機能も高まるので寒さに対する抵抗力が強い身体になります。

また、オレンジ体操服と以上児の制服着用については、天候によって前後するかもしれませんが、10月を目途に考えています。



決まり次第ホワイトボードにてお知らせ致します。

☆体操服などが11月より値上げされますのでご理解下さい。

半袖園児シャツ	100～110cm	¥1,950	
	120～130cm	¥2,050	
半ズボン	100～130cm	¥1,950	
	140～150cm	¥2,000	
オレンジシャツ	90～130cm	¥4,600	→ ¥5,150
	140cm	¥5,000	→ ¥5,500
オレンジズボン	90～130cm	¥3,300	→ ¥3,950
	140cm	¥3,750	→ ¥4,400
帽子	日よけあり	¥1,200	
ブレザー制服	全サイズ	¥6,300	→ ¥7,050



子どもにも保護者にも熱くまっしぐら、頼られ寄り添い三位一体で乗り越えた結果・・・

私にとって『卒園生親子に勇気をもらえた』そんな夏休みでした。13年前なので8人しかいない学年、とっても仲良しな親子。そしてちび☆きら(当時はちびっこランド)を信頼してくれていて、1日に何人もの親に子育ての相談を受け、解決方法を一緒に悩み見出していました。親を悩ませていた子たちも大学生や社会人となり立派な姿を見せてくれました。当時の身体と精神力を鍛える為の魚津市の海の駅までの長距離遠足とあこやーのまで歩いて行ったお泊り保育。小中高のどんな思い出よりも鮮明に覚えていてくれて感激しました。悲しいことに時代とともに子どもを取り巻く環境が変わってしまったので現在ではどちらも行っておりませんが、現代っ子にこそ大切な学び・体験が必要なのかもしれないな・・・と脳裏をよぎりました。

また、2年前に卒園した保護者から、ちび☆きらで毎月読んでいた漢字絵本は短いのに奥が深いお話で寝る前の読み聞かせにとっても重宝しているし、何が良くて漢字で書かれているところ。読み聞かせしている時に、我が子に「お母さん、この漢字は鯨じゃなくて、鮫だよ!! まあ、似ている漢字だからね(笑)」と指摘されたそうです。小学生にも勉強になる本だと感謝しています・・・と、嬉しい言葉が届きました。

最後に、6年前のお話です。現在の3歳以上児無償化・未満児は市町村基準の保育料とは異なり、当園独自の保育料設定の中、早朝延長保育を含め2人(3歳以上児と未満児の2名)で5万8千円程もかかるのに姉妹で通園していて転勤でやむを得ずお引越されました。転園先の保育園は、愛情が上辺だけで座ってられない子どもには、親や子どもに歩み寄り成長させようとするのではなく、悲しいことに親を責めて辞めさせる方向に進めるそうです。ちび☆きは親にも子どもにも厳しく腹立たしく感じたこともあったそうですが、一方的に言われたわけでもないし親や子ども達のことを思っている言葉なのだと受け止め信頼していたと・・・上の子は、中学受験に失敗してしまいましたが、気持ちの切れ替えが早く落ち込むことなく現在も学校生活を楽しんでいるそうです。当たり前だった日々ではなく精神的にも肉体的にも時には厳しく、そして愛情いっぱい幼少期を過ごせたことは、お金に変えられない貴重な時間だったと・・・毎回届く言葉は、私の目頭を熱くさせます。そして、『いつ伝えるの?今でしょ!』と背中を押されている気持ちになるのです。当時と比べ子どもを取り巻く環境は大きく変化していますが、ちび☆きらの保育の根本は変えません。子ども・保護者・私たちが三位一体で前向きな気持ちで一緒に頑張ることの大切さを改めてお伝えしたいと思います。

副園長 松倉清美



お誕生日会のお知らせ

25日(水) きらきらルームにてみんなでお祝いします♪

ひまわり組	22日	晴陽ちゃん	6歳
さくら組	9日	幸波ちゃん	4歳
たんぽぽ組	1日	さくらちゃん	3歳

おめでとうございます!



9月の行事予定

- 2日(月) 身体測定
 - 3日(火) 個人表彰式
 - 6日(金) 引き渡し訓練 (午後)
職員会議
 - 11日(水) クッキング (ひまわり組)
 - 13日(金) 祖父母参観日
ゆり組クラス懇談会
 - 16日(月) 敬老の日
 - 18日(水) お弁当の日
 - 22日(日) 秋分の日
 - 23日(月) 振替休日
 - 25日(水) 9月のお誕生会
 - 27日(金) 避難訓練
 - 28日(土) パパママ座談会
- 今後の予定
- 10/5(土) ちび☆きら祭り
 - 11/8(金) 親子バス遠足 (未満児クラス)
 - 12/7(土) 生活発表会 (国際文化センターコラーレ)



令和6年度9月の献立

	曜日	未満児 午前おやつ	主食	副食 牛乳は以上児のみ（記入は省略）	午後おやつ
2	月	牛乳 せんべい	キッズピザ	大根とわかめのみそ汁 春雨サラダ ベイクド里芋 パナナ	手作りクッキー
3	火	牛乳 卵ボーロ	ご飯	茄子と玉ねぎのみそ汁 白身魚の香り焼き ブロッコリーサラダ	ホットケーキ
4	水	牛乳 シュガービス	ご飯	キャベツと揚げのみそ汁 鶏肉の甘辛和え ほうれん草と人参のおかか和え	手作りパン
5	木	牛乳 手作りパン	ご飯	かぼちゃとえのきのすまし汁 厚揚げと豚肉のみそ煮 きゅうりの酢の物	揚げせんべい
6	金	牛乳 せんべい	ご飯	もやしとわかめのみそ汁 白身魚の磯辺揚げ さつま芋の甘煮	ポップコーン
9	月	牛乳 せんべい	混ぜご飯	キャベツと人参のみそ汁 野菜のあんかけ 大豆の甘辛煮	チヂミ
10	火	牛乳 ごまスティック	ご飯	茄子と揚げのみそ汁 肉じゃが ほうれん草のツナ和え	マカロニきな粉
11	水	牛乳 手作りパン	ご飯	わかめとねぎのみそ汁 白身魚の煮付け きんぴらごぼう パナナ	豆腐ドーナツ
12	木	牛乳 クラッカー	ご飯	玉ねぎとキャベツのみそ汁 タンドリーチキン じゃが芋炒め	揚げせんべい
13	金	牛乳 手作りパン	ご飯	もやしとわかめのスープ 白身魚の照り焼き 青菜のとろみ炒め	ポップコーン
16	月			敬老の日	
17	火	牛乳 シュガービス	ゆかりご飯	キャベツと人参のみそ汁 ナポリタンスパゲッティ 切り干し大根サラダ	ホットケーキ
18	水	牛乳 せんべい		お弁当の日	おせんべい
19	木	牛乳 クラッカー	ご飯	野菜のコンソメスープ 鶏肉とたまねぎのソテー ブロッコリーサラダ	マカロニソース味
20	金	牛乳 せんべい	ご飯	かぼちゃと大根のみそ汁 豆腐の胡麻みそ焼き もやしのツナ和え	ポップコーン
23	月			秋分の日 振替休日	
24	火	牛乳 シュガービス	ご飯	豆腐とねぎのすまし汁 白身魚のおろし煮 青菜のお浸し パナナ	揚げドーナツ
25	水	牛乳 せんべい	お誕生会	カレーライス マカロニサラダ フライドポテト 手作りケーキ	手作りクッキー
26	木	牛乳 シュガービス	ご飯	わかめともやしの中華風スープ マーボー豆腐 カリフラワーサラダ	揚げせんべい
27	金	牛乳 手作りパン	ご飯	大根と人参のすまし汁 豆腐の変わり揚げ 野菜の磯和え	ポップコーン
30	月	牛乳 卵ボーロ	ご飯	青菜とえのきのみそ汁 白身魚のフリッター ひじきと大豆の煮物	どんどん焼き

食育だより

一年でいちばんきれいなお月は

旧暦の8月15日（今の9月下旬）の夜を「十五夜」と呼び、この頃の満月は一年でいちばん美しいとされています。昔はこの時期に、お団子や秋の七草を供え、詩歌をよむ宴が開かれていました。今も残る月見団子やススキを飾るお月見行事の由来です。なおこの日は、秋の収穫を感謝する初穂祭という行事でもありました。そこでは収穫したばかりの里芋を供えることから、「芋名月」とも言われます。

秋のお彼岸には、おはぎを

秋分の日をはさんで前後3日間の計7日間を、秋の彼岸と言います。山の神に農作物の収穫を感謝して、おはぎを食べるようになったと言われています。なお秋の彼岸に食べるおはぎと、春の彼岸に食べるぼたもちは、基本的に同じ物。それぞれの季節の花の名前にちなんで呼び方を変えているだけだそうです。

おはぎ ぼたもち 春の花 秋の花



9月の保健だよ!



8月もあっという間に過ぎ、立秋とは名ばかりで、前代未聞の連日の猛暑で本当に体が疲れた毎日でした。あまりの暑さに屋外で過ごすことが出来なかった日もありました。束の間の水遊び、プール遊び、泥んこ遊びはそれなりに満喫できたことと思います。

ニュースでは、10月頃まで暑い日が続くのではないかとされています。お休みしないで楽しく保育園生活を送る為にも、早寝早起き朝ご飯の習慣が1番大切なので、お忙しいとは思いますがご協力宜しくお願いいたします。



インフルエンザ 予防接種 Q&A

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい?

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型、B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかからないの?

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

Q 予防接種の効果が続く期間は?

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後、半年くらいは持続します。

Q 接種の方法は?

A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳未満の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2~4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

Q いつごろ受けたほうがよいの?

A 最も患者数が増えるのは1~2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2~4週間後に接種しましょう。

秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たっぶり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。



② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。



清美 先生より

どこかにぶつけた、たんこぶが出来た、そんな時は【砂糖水】を塗布してあげてください。また、切り傷の場合は【生卵の薄皮】を貼ると傷口がふさがります。確かに民間療法ですが、驚くほどの効果が出ていますよ♪
お出掛けするときに、砂糖水を小さな容器に入れ携帯されると良いと思います(^_^)☆

鼻水が長引くのは病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう!

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている

→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る

→急性中耳炎の疑い

いつも目やにや鼻水が出ている

→鼻涙管閉塞やくらぶ眼の疑い

