

広報

社会福祉法人清豊福祉会
育ちゆく子どもの輝きを…その翼にのせて

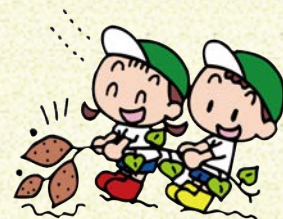


Gosho Nursery And Children's Recreation Center

セバスト ガチヨウ号

先月の子どもたち

お手紙 届きますように！



No.244

10月号

2023



こども園便り 御所こども園

9月生まれ誕生会



(以上、主幹教諭 下窪)

10月21日 谷山第二中央公園で開催します。応援よろしくお願ひします

第7回運動会



十五年ぶりに、黒ネコさんと白ネコさんが交通安全教室に来てくれました。クロネコヤマトのスタッフの皆さんありがとうございました。



クロネコ・シロネコ登場！

給食便り

食の安心・安全について

子どもの口の大きさは直径約4cmです。喉はそれよりも細いため、口に入る物で窒息の原因になる可能性があります。今回は、窒息事故防止について食事中に注意すべきポイントを紹介いたします。

- ・子どものペースに合わせて食事をする
- ・汁物等も与えながら介助をする
- ・眠くなってないかを確認する
- ・姿勢良く座れているか確認する

こども園では、硬い食材はスプーンに乗る程度に切ったり、甘煮にしたりして提供しています。



かかし作り

秋になると、田んぼや畑の中にかかしを設置します。五歳児のかかし作りでは、「どうやったら鳥が来ないかな?」「お米を守る、



かかしが出来るかな」と試行錯誤しながら作りました。くじら組はかつこいい、しゃち組は可愛いかかしをみんなで協力して作り上げました。来月には稲刈りがあります。美味しいお米が出来るといいなと、楽しみにしています。

(以上、栄養士 前田)

健康便り



衣服の調節をしましょう
季節の変わり目で体調を崩す子どもも多くなる時期です。その日の天候や子どもの体調に合わせて、衣服を調節しましょう。薄手の長袖パーカー（フードなし）やベストがあると良いでしょう。また、衣替えの時期に衣類の記名やサイズの確認をお願いします。



乳幼児時期の予防接種について

予防接種は、子どもの体調を見ながら計画的にすすめましょう。インフルエンザも含め、予防接種を受けられた際には園へお知らせください。また、下記の感染症は治療証明書が必要です。

登園停止の感染症

インフルエンザ
百日ぜき
麻疹（はしか）
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
風疹（三日はしか）
水痘（水ぼうそう）
咽頭結膜熱（プール熱）
流行性角結膜炎
急性出血性結膜炎
新型コロナウイルス感染症

安全便り

地域合同避難訓練（九月十二日）

当園では、毎月一回、火災避難訓練を実施しています。九月の訓練では谷山消防団と柿木田中町内会の方々にご協力をいただき、駐車場に避難しました。その後、谷山分団長さんから「火事の際は大人の言うことをよく聞いて早く外に逃げること」「絶対に火遊びはしないこと」を学びました。子どもたちは、消防団員の機敏な動きを見て「カッコいい」「すごい」と尊敬していました。谷山消防団と柿木田中町内会の皆さん、ありがとうございました。



（以上、看護師 兼廣）



ホッと
スナッ
プコー
ナー

今月のテーマ『敬老の日』

くじら組では、野菜スタンプで敬老の日の花束を製作しました！おじいちゃん・おばあちゃんの顔を思い浮かべながら、『ちんげんさい』と『小松菜』の茎、『オクラ』の星型の切り口を使って綺麗な花束を完成させました。
(月野)



どうはら あかり
堂原 朱莉さん

「ちんげんさいって言うんだね」と話しながら上手に押せました♪



ひとうじ そうだい
一氏 宗大さん

真剣な表情でスタンプを押していました。綺麗にできて満足、満足♪

とみさこ こうたろう
富迫 幸太郎さん

「オクラ好き！食べたことあるよ」と嬉しそうな表情で作りました。



はらぐち みちと
原口 道人さん

「お花ができたよ～」と楽しみながら作ることができました。



児童クラブ便り 児童クラブ未来



(以上、クラブ長 高崎)

暦の上ではすっかり秋ですが、まだまだ暑い日が続いています。子どもたちも顔を真っ赤にして、汗びっしょりで来所します。

最近の子どもたちは、運動会の話で持ちきりです。

「今日、リレーの選手を選んだんだよ」

「動画を見ながらダンスの練習しても良いですか」

「みんなで応援団の練習をするよ」

など、楽しそうに話しています。行動制限がなくなつて初めての運動会、思う存分力を発揮して欲しいです。

また、今年の夏休みには、子どもたちの先輩が所属している谷山中学校の軟式テニス部と野球部が全国大会に出場し、野球部は準々決勝まで進みました。身近な先輩たちの活躍は、『自分たちも頑張ればできるかも』という意欲につながっているようです。今月は、国体と身障者スポーツ大会も開催されます。スポーツの秋、いろいろな出会いを楽しんで欲しいものです。



(児童支援員補助員 島希穂子)

職員の趣味・特技紹介

今、私が楽しんで取り組んでいるのは『洋裁』です。『昔、気に入っていた洋服を手直しして着られたらいいな』という想いからでした。

三十五年前の古いミシンを処分して、今時の軽くてコンパクトなコンピューターミシンに買い替えました。

上糸下糸の調整や糸通しまでワンタッチでできて、操作が非常に簡単で感動しています。今はまだ、小物や子供服程度ですが、本を見ながら型紙作りや裁断の思案をしていると、ついつい夜中になってしまいます。

また、手芸店や布地を扱っている店をのぞく楽しみもできました。

普段着程度でも、自分の服が縫えることを目標にして、巧みにミシン操作ができるようになりたいと思っています。

燃ゆる感動かごしま国体かごしま大会

学童新聞



(四年 然幸斗)

—スローガン—

「素早い鼓動 風は南から」

十月七日(金)から「特別国民体育大会かごしま国体」十月二十八日(金)から「特別全国障がい者スポーツ大会かごしま大会」が始まります。国体は、毎年各都道府県が持ち回りで開き、日本最大のスポーツの祭典です。鹿児島県では五十二年ぶりに開き、いさえます。アスリート達の熱気あふれるパフォーマンスや、県民の心ももったおもてなしで、思い出に残る大会にみちぎた大会になるようにみんなで盛り上げていきましょう。

<4コマ マンガ>

あるとき、車がカードレールにしゃつする音がありました。乗っていた人は、たんせいとおさる四

けいさつは、車だにのせていたたんのせいがかたなきのでいこうがきくおさるにききました。

たんのせい、なにをいっていたの？

あさきさんは、なにをいっていたの？

(4年 石塚然幸斗)

記者 石塚・永里・福永ゆ・上浦木・福永あ・渡邊

- 一位 競泳 8人
 - 二位 アーチェリー 6人
 - 三位 古回校野球 5人
 - 四位 水球
- アーティスティックスイミング
トランポリン
テニス・ソフトテニス

(四年 唯乃仁)

「今月のランキング」かごしま国体では、三十七の正式キョウギと三十六のデモンストラーションスポーツが実施されます。その中で、鹿児島市が会場のキョウギの中から、みんなが見てみたいキョウギにどうしようしてもらいました。みんなでおうえんしましょう。



視覚障がい者のための卓球の中に、金ぞくの玉が四つ入っています。その昔またよりにプーも少しの風音もきこえます。

(四年 千愛 登久利)

「全国障がい者スポーツ大会」この大会は、障がいのある方がスポーツを楽しむことはもちろん、私たちが障がいについてよく知り、その方たちの気持ちや立場をわかることを目的としています。

キョウギを一つ紹介します。

「サウンドテニス」

子どもに伝えたい和食文化

親コラム

和食とは…

ユネスコ無形文化遺産に登録された『和食』とは、料理だけではなく昔から受け継がれてきた『自然を大切に作る心』が育んだ伝統的な食文化のことを言います。

和食の4つの特徴

1. 日本各地の多彩な食材を活かす調理の知恵が発達しています
2. 四季の花や葉を飾り付けに使用して、季節感を楽しみます
3. 一汁三菜を基本とする食事スタイルは、理想的な栄養バランスとされています
4. 日本の食文化は年中行事と関わっていることで、家族や地域との絆を深められます



和食と四季

四季がはっきりしている日本では、その時期ごとに旬の食べ物があります。その旬を和食に取り入れることで、美味しく食べるだけでなく、食事からも四季を感じてもらえます。旬の食べ物は、安価で、新鮮で、栄養価も高く、その時期に起こりやすい体調不良をカバーする効能も期待できます。和食とは、季節に合わせて食材と調理法を変え、心と体のバランスを整えるのに最適な食事法と言えます。

《旬の野菜を使ったレシピ》 「炊き込みご飯」

【材料】(3人分)

- | | |
|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 白米(3合) | <input type="checkbox"/> 鶏ガラスープ小さじ 1/4 |
| <input type="checkbox"/> サツマイモ 200g | <input type="checkbox"/> 醤油 100ml |
| <input type="checkbox"/> しめじ 50g | <input type="checkbox"/> みりん 100ml |
| <input type="checkbox"/> ベーコン 4枚 | <input type="checkbox"/> 料理酒 100ml |



【作り方】

- ①さつまいもは1cm角に切って5分程水にさらす。ベーコンも1cm角に切る。しめじは手でほぐしておく。
- ②炊飯器に研いだ米を入れ、調味料・鶏がらスープの素を加える。さらに水を3合の線まで注ぎ入れる。
- ③さつまいも・しめじを入れ、ベーコンを一番上に乗せて炊く。

(以上、食育グループ)

今月の コラム

Gosho Baby News

このページは、御所こども園や御所季の子保育園の0、1歳児の子どもたちの様子やお知らせ、そして子育てに関する様々な情報をお届けするコーナーです！

子どもの綺麗な姿勢を作るには

赤ちゃんが成長して、座れるようになると悩み事も増えてきます。保育園では、背中を丸くして骨盤が寝た状態で椅子に座る子どもを見かけます。姿勢が悪くなる原因としては、椅子が子どもの体型に合っていないことや、運動能力の低下が考えられます。今回は、子どもの『良い姿勢』を作るにはどうしたら良いかをお伝えします。

良い座り方のポイント

- ・背もたれにもたれかからない
- ・頭が身体の真上にある
- ・膝下がまっすぐで、足の裏が地面についている
- ・肩を丸めず、すくめない

良い姿勢



悪い姿勢



良い姿勢を作ろう

赤ちゃんが腹ばいを始めて首を持ち上げられるようになったら、背筋を反らす動きを取り入れて背中筋力を鍛えてあげましょう。反らす時間は10秒ほどで、2～3回毎日行うことで十分鍛えられます。

- ①首や肩の筋肉を発達させてくれる
- ②運動能力を発達させてくれる
- ③呼吸に良い影響を与えてくれる
- ④あごの発達や歯並びにも良い



『姿勢』が悪くなると、体だけではなく心にも良くない影響を与えていると言われています。背中を伸ばしていても、すぐにグニャッと崩れてしまうのは骨盤が寝ているからかもしれません。大人が子どもと関わる中で、『体幹』を鍛えられるような遊びを繰り返すことで綺麗な姿勢で座れるようになっていきます。

(以上、広報グループ)



保育園便り 御所季の子保育園

さわやかな風が吹き、過ごしやすい季節になってきました。園庭や周りの風景も、少しずつ秋へと変化しています。子どもたちは、園庭から聞こえる虫の声に耳を澄ませたり、捕まえたりして楽しんでます。今月は、秋の自然を十分感じて体を動かせられるように、戸外遊びや散歩など楽しみたいと思います。



アドベンチャーデー（九月十四日）
『鎌石ステンレス工業』さんに見学に行きました。ステンレスを大きな機械でハートの形に切り抜く工程や、実際に機械を操作させていただきました。子どもたちは、初めて目にする機械に興味津々でした。



ホット!! スナックコーナー



お月見会

祖父母の方々をお招きして、お月見会を開催しました。子どもたちと一緒にレクリエーションをしながら楽しい時間を過ごしました。

（九月九日）



健康便り

十月十日は目の愛護デー
二つの十を横に倒すとまゆと目の形に見えることから、十月十日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子どもの目が最も育つ時期です。この機会に子どもの『目』の健康を改めて見直しましょう。



- 明るい場所で過ごす
- 自然のある広い場所で体や目を動かす
- テレビ等を見る時間を決める

※目を細めたり横目で見たり、物を見るときに気になることがあれば早めに病院で診てもらいようにしましょう。

(以上、主任保育士 永田)



給食便り

食育体験『秋刀魚の塩焼き』(九月十三日)
秋の定番『秋刀魚の塩焼き』に挑戦。塩揉みをした、脂ののった秋刀魚を炭火でじっくり焼きました。「美味しいね」と嬉しそうに一尾をペロッと食べていましたよ。

《九月の献立より》

『スイートポテト』

【材料】(五人分)

- さつまいも……………三〇〇g
- 砂糖……………二五g
- 卵黄……………四〇g
- マーガリン……………一〇g

【作り方】

- ①さつまいもの皮を剥いて、電子レンジで火が通るまで加熱して潰す
- ②潰したさつまいもに砂糖、溶かしたマーガリンを入れて混ぜる
- ③形を整え、卵黄を表面に塗り、二〇〇度に予熱したオーブンで一〇分焼いたら完成

(以上、調理員 百枝)



G.K.M編集局

Gは御所のG。Kは風の子のK。Mは季の子、未来のM。
ここでは、各施設に関する様々な情報をお送りいたします。

御所こども園の園庭には、四季折々の花や実を付けて私たちが楽しませてくれる木々がたくさん植えられています。『やまぼうし』と『ななみ』が新しく仲間入りしたので、今回は、望園周辺に植えられている木々について紹介します。



さかき

さかきの木は、神事や神棚に使用されることで知られています。常緑の花木で常に青々とした葉を保つことから繁栄を意味し、『栄える木』『神様と人間の境にある境の木』等が転じて『さかき』と呼ばれるようになったそうです。秋には、黒い実を付けることもあるそうです。



望園前の門に近い方が**ぎんもくせい**です。花は白色で、香りは花に顔を近づけると感じられる程度です。**きんもくせい**は、花色がオレンジで強い芳香があるのが特徴です。今月開花予定ですので、秋の始まりを感じられそうです。



きんもくせい



ぎんもくせい



ななみ



やまぼうし

やまぼうしは、梅雨の頃に、**ななみ**は初夏に薄紫の花を咲かせ、雌木は赤い実を付けます。いまからどんな花や実を付けてくれるか待ち遠しいですね。

こども園では木育活動を行っています。木について学びながら季節の変化を楽しんでいきたいです。

敷地内には他にも**ぐみや**、**いちじく**など全部で十七種類の木が植えられています。親子で楽しんでみてください。(以上、くじら組、しゃち組)

編集後記

朝夕と肌寒くなり、秋を感じるようになりました。

私の秋といえば、ズバリ『食欲の秋』です。栗やサツマイモなど、私の好物がたくさん！旬の食材を、大切な人たちと一緒に食べる一時に幸せを感じます。ところで、秋に食欲が増す理由をご存知でしょうか。諸説あるようですが、『基礎代謝が高まる』『冬に向けてエネルギーを貯め込む』『夏バテからの回復』があるようです。鹿児島は短いですが、いろいろな『秋』をそれぞれの楽しみ方で楽しんでください。

(岩井迫)

