



Gosho Nursery And Children's Recreation Center

セバスト ガチヨウ号

先月の子どもたち

ぐんぐん伸びて 大きくな～れ！



No.245

11月号

2023



こども園便り 御所こども園

10月生まれ誕生会



(以上、主幹教諭 下窪)

谷山ふるさとまつりに参加しました
前日の運動会の疲れは職員だけ(笑)。
子どもたちは疲れも見せずに、谷山駅からサザンホールまでの距離を元気よく演舞しました。沿道からの「可愛い」の声援に笑顔が溢れました。



十月十七日に閉会した『燃ゆる感動かごしま国体』では、アスリートたちの熱戦と、それを応援する会場の賑わいに熱く感動しました。鹿児島県全体が盛り上がる中、当園の運動会も無事終了することができました。保護者の皆さまには、前日の準備からお手伝いをいただき心より感謝申し上げます。



スポーツの秋

健康便り

冬の過ごし方について



寒くなると、体温を保とうとして知らず知らずのうちにエネルギーを使っています。また、寒さと乾燥のために細菌やウイルスが活発になり、体調を崩しやすいくなります。食事や睡眠のリズムを整えて、適度な運動を取り入れながら冬を元気に過ごしたいですね。



安全便り

消防署出向火災避難訓練 (十月十日)

谷山分遣隊に出向していただき、避難訓練を実施しました。子どもたちは隊員の方から「おしゃべりをせず、素早く避難出来ていて日頃の訓練の成果が出ていたと思います。」と褒めていただきました。今後も、子どもたちと一緒に真剣に取り組みんでいきます。

(以上、看護師 兼廣)



給食便り

食の安心・安全について

『食中毒』と聞くと、夏に多いイメージを持たれがちですが、実は十一月～二月にかけてノロウイルスによる食中毒が多く発生します。今回は、毎日の食生活でできる食中毒予防について紹介します。



①多品目の食品（目安は十種類）を、一日三回の食事の中でバランスよく食べる習慣を付ける

②ヨーグルトやオリゴ糖など、腸内の善玉乳酸菌を含む食品を積極的に取り入れる

③玉ねぎ・梅干しなど、殺菌・解毒作用の高い食品はできるだけ毎日食べるようにする

こども園では、実際に『食中毒が起きた』を想定した訓練を行っています。体調不良が多いときにはどのように対応していくのか、嘔吐物はどうのように処理するのが適切かを改めて確認し、職員同士での理解を深めています。



食中毒は体調が優れないときにかかりやすくなります。特に、子どもは免疫力が弱いために重症化しやすいと言われています。手洗い・うがい、早寝・早起きは、体調を整える上で欠かせないものです。体調管理に気を付けて、楽しく食事ができるといいですね。

新入職員紹介



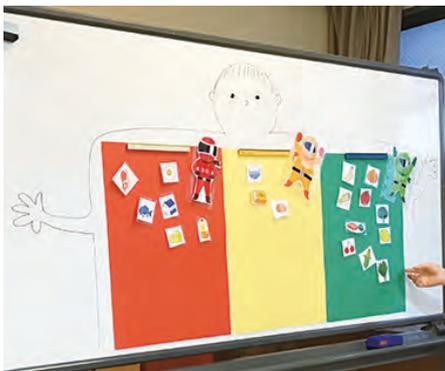
有村 りか（調理員）

十月から調理員として入職いたしました。給食室まで聞こえる子どもたちの元気な声を聞きながら、毎日楽しく調理をしています。子どもたちに、美味しく安全な食事を提供できるよう励んでいきます。

食育指導（十月十三日）

今回は、五歳児クラスの食育指導『食事のバランス』について紹介します。

子どもたちからの、バランス良く食べるとはどのような意味なんだろう？という疑問から、当日に給食で使われていた食材を赤・黄・緑の食品群に分けて考えました。それらの食材が体の中でのどのような役割を果たしているのかを学び、給食の中には、赤・黄・緑の食材がバランスよく均等に入っていることを知りました。『残さずに食べよう』という子どもたちの意識が芽生えたようです。



（以上、栄養士 前田）



も園 運動会

催されました。活気あるかけ声と、全力を
込めて参加に素敵でした。





第7回 御所こども

さわやかな秋晴れの中、運動会が開
出し切った子どもたちの輝いた表情は本当



児童クラブ便り 児童クラブ未来



ゴミ拾い



腕相撲大会

(以上、クラブ長 高崎)

最近、子どもたちの会話の中でよく聞かれる言葉に『あおる』という言葉があります。「○○があおってる」「あおられたからやり返した」など、相手が笑いながら見ていたとか、馬鹿にしたような言い方をした際に使っているようです。

子どもたちの多くは『挑発する』という意味で使っているようで、その使い方がとても短絡的に感じます。言葉に踊らされて、些細なことでも、『あおる』という言葉を使うことによって、感情を昂せたりトラブルの種になったりしているようではありません。

『言葉は自分を写す鏡』と言われるます。もつと多くの言葉を知って獲得し、豊かな感情、豊かな思考、豊かなコミュニケーションのツールとして使って欲しいと思います。



(以上、放課後児童支援員補助員 新郷)

私の趣味の中で一番長く続けているのは、学生の頃からのギターです。

難しい曲を弾けるわけでもないのですが、二十歳の頃からバンドに入り、夏祭りや地域のイベントなどに参加して楽しんでいました。今でも時間があれば弾いています。上手になる見込みはないのですが、日々の暮らしの中に溶け込んでいることに感謝です。

最近では、児童クラブの子どもたちがキーボードを弾いている時に、伴奏を合わせることもあります。一緒に演奏すること、わずかな時間でも心が通い合うことを感じます。周りの子どもたちも楽しそうに聞いています。若い頃の趣味が役立つていることを感じる嬉しいひと時です。

職員の趣味・特技紹介

「食欲の秋」を楽しもう!

学童新聞



秋の食材もさびしいおいどん市場に行ってみました。店内にはあちろちろに「秋の味覚」というポスターがはってありました。最近たくさん入ってくる野菜は「きつまいも」などです。果物は「みかん」「りんご」など。かきなどもです。魚は「さんま」「星かき」などがおいしいです。しゅん-の食材は、種類がたくさんあって値段も安く形もきれいなものが多くあります。

みなさんもおいしい秋の味覚を味わってくださいね。
(四年 唯乃)

<4コママンガ>



記者 阿久根、石塚、永里、堀脇、上浦木、福永あ、福永ゆ、堀、渡邊

へ今月のランキング

今月は「食欲の秋」ということでみんなの好きな秋のくだものを調べました。

一位	ぶどう	16人
二位	みかん	10人
三位	りんご	6人
四位	かき	6人
五位	くり	1人

でした。みなさんは、どんなくだものが好きですか。
(四年 葉南)



(四年 日利、工愛)

秋は、新米がとれます。西谷山小学校では、毎年五年生が近くの田んぼで、お米を育てています。先週、刈りかたが終わったそうです。食べるのにも、お米がおいしいです。飯は、白米もおいしいです。みじ飯も人気があります。なかでも、秋は、さつまいも、ご飯が、とてもおいしいです。

意見・要望等解決報告

親アラム

当法人では、時代のニーズに合った保育の提供を目指しています。保育の質を向上させる取り組みの一つが『苦情解決』のシステムです。保護者の皆様、周辺の住民の方々とより良い関係をき築いていくため、意見・要望等の窓口を設けています。いただいた意見・要望等は全職員で情報共有をおこない、様々な視点から検討します。また、年に2回、第三者委員の方々と交えて法人の『信頼感』『満足度』『保育の質』を高めるための報告会を開催しています。法人の運営や、保育内容等についてお気づきのことがあれば、些細なことでもご遠慮なくお伝えください。

令和4年度 意見・要望等の受付下半期報告会



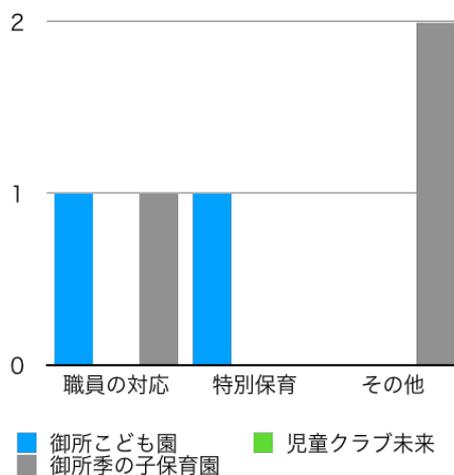
令和5年5月 御所季の子保育園にて開催

令和5年度 上半期 意見・要望等受付件数

令和5年度上半期の意見・要望等の受付件数は、法人全体で**5件**でした。

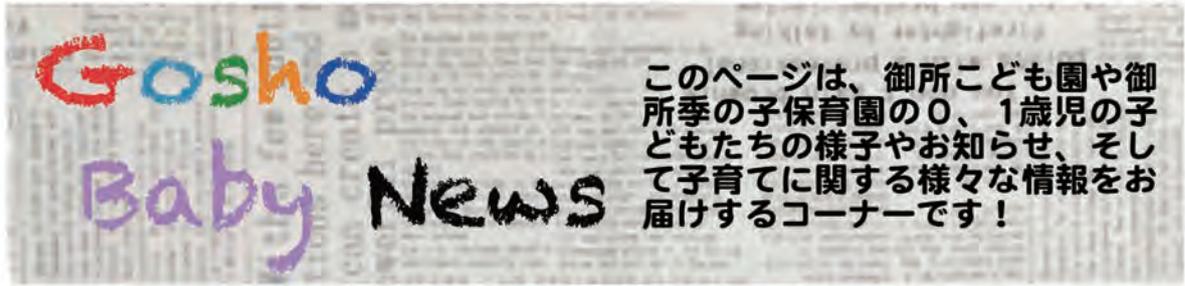
内訳は右記の通りです。寄せられた意見・要望等につきましては、法人全体で周知徹底を行い、適切に対応しています。具体的な内容についてはホームページ (HP:<https://seihoufukushikai.jp>)でもご覧いただけます。

今後も、保護者・利用者の皆様の声を真摯に受け止め、さらなる福祉サービスの向上に努めていきたいと思ひます。



(以上、保育向上グループ)

今月の コラム



赤ちゃんでも親しめる郷土料理

保育園では、季節の節目に食べる行事食や地元の味を伝える郷土料理が献立に取り入れられています。今回は、赤ちゃんでも食べやすい郷土料理をご紹介します。

★鹿児島に伝わる郷土料理★

- ・鶏飯……………奄美を代表する郷土料理です
- ・かいのこ汁…お盆の精進料理、夏野菜が使われます
- ・がね天……………さつまいもを使った揚げた天ぷらです
- ・あくまき……お祝いの餅菓子、端午の節句に食べられます
- ・ふくれ菓子…黒糖の浸透に伴って作られた、黒糖を使用した郷土菓子です



がね天

- | | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> さつまいも…60g | <input type="checkbox"/> 米粉……………50g | <input type="checkbox"/> 塩……………ひとつまみ |
| <input type="checkbox"/> 人参……………30g | <input type="checkbox"/> 砂糖……………7g | <input type="checkbox"/> 揚げ油………適量 |
| <input type="checkbox"/> ニラ……………30g | <input type="checkbox"/> 酒……………3.5g | |
| <input type="checkbox"/> 木綿豆腐………60g | <input type="checkbox"/> 薄口醤油…8g | |

【作り方】

- ①木綿豆腐は水切りをしておく
- ②さつまいもは皮を剥き、1cm角に切り水にさらす
- ③人参は皮を剥いて千切りにし、ニラは1cm幅に切る
- ④全ての材料を混ぜ、ボール状に丸い形を作って揚げたら完成



今回ご紹介したレシピは、赤ちゃんでも食べやすいようにボール状にしたり、そば粉の代わりに米粉を使用したりするなどの工夫をしています。小さいうちから郷土料理に親しむことで、鹿児島の気候や風土に合った食材に触れ、食文化に興味を持つきっかけに繋げることができます。ご紹介したレシピ等を参考に、ご家庭でも郷土料理に触れる機会を作ってみてはいかがでしょうか。 (以上、食育向上グループ)

保育園便り 御所季の子保育園

日が暮れるのが一段と早くなり、肌寒い日が増えてきました。寒くなるとお鍋が食べたくなる季節ですね。冬の食べ物には、体の温まる根菜類や免疫力を高めるキノコ等があります。旬の食材を取り入れた食事で、寒さに負けない体作りをしましょう。

交流保育 (GoSDay) (十月六日)

今月は、御所こども園のお友だちと一緒に谷山第二中央公園に行きました。かけっこをして思い切り体を動かして遊びました。



ホッと!! スナックコーナー



健康便り

《冬のスキンケア》

冬が近づくと空気が乾燥し始めて、お肌がカサカサしたり痒くなったりしてきます。この季節に気を付けたい『子どものスキンケア』についてお伝えします。

スキンケアのポイント

- ・ 水分量の多いクリームやローション等ではなく、**油成分の多いクリーム**や軟膏がおすすめです。
- ・ お風呂上がりの、**肌水分量が多い状態のときに**保湿剤を塗ると効果的です。



※乾燥肌は、すでに皮膚バリア機能が異常の状態、アレルギーの始まりとも言われています。症状がひどくなる前に、病院を受診しましょう。

(以上、主任保育士 永田)

給食便り

クッキング

『たまごサンド作り』

(十月十八日)

今回のクッキングでは、『たまごサンド』を作りました。茹でたまごの殻を丁寧に剥いて、マヨネーズと塩で味付けをしました。「美味しいね」「まだ食べたい」と、あっという間に食べ終わっていましたよ。



(以上、保育士 岩井迫)



《十月の献立より》

『切干大根の旨煮』

- 切り干し大根…三〇㌊
- いんげん…二五㌊
- 人参…七五㌊
- 生揚げ…五〇㌊
- 鰹だし…二五〇㌊
- 醤油…五㌊
- みりん…五㌊
- 砂糖…五㌊

【作り方】

- ① 切り干し大根を水で戻す
- ② いんげんは二センチ幅、人参は千切り、生揚げは一センチ幅の短冊にそれぞれ切る
- ③ 鍋に①と②、鰹だしを入れて火にかける
- ④ 火が通ったら他の調味料を全て入れて煮詰める。水分が少なくなったら完成

(以上、栄養士 百枝)



