



# 10月園だより

社会福祉法人 ふれあいの森 東桂保育園  
平成 29年 10月 1日発行 TEL43-7185  
MAIL higashiho@ia9.itkeeper.ne.jp

秋の気配を感じた途端気温の差が激しく、一日のうちに暑さ、寒さ、秋の心地よさを感じる毎日です。大人も体調を良い状態に保つのが難しいので、小さなお子さんの体調管理には特段の配慮が必要です。夏の気候が健康を維持していく力を弱め免疫力低下を招いているので、元気に過ごすために食事が大切です。消化が良くて身体を温め基礎免疫力を高めるような食事、病気に掛かりにくく、病気に掛かって重症にならずに治りやすい身体を培うことを目指して特大のスチコンを活用しておいしくお料理していきます。生姜、柚、レンコン、豆類特にその形から子ども達に人気があるひよこ豆を採り入れ、大根や青菜も農園で育てたものを食材として使用します。保護者の方も食事には配慮されて内容が整っているようですが、一部に朝食に菓子パンや冷凍のピザ、ハンバーグなど家庭での調理を感じない食べ物を摂っているお友達がいる様子がうかがえます。朝食は一日の始めの食事です。横文字の食べ物ではなく日本食をお勧めします。とはいっても「朝食は手が掛けられないのです。」よくわかります。冷凍保存したご飯を解凍して、お味噌汁も前日の温め直しで十分です。おかずは納豆でも、くるくと海苔で巻いたり、じゃこをのせてもOK。にぎやかに食べましょう。温かい有機質のお食事になります。共に大切なのは生活リズム、夜は早く寝て朝は早く起きるのが大切。9時にはお布団に入って静かに入眠。10時から2時の間に成長ホルモンが盛んに分泌され、副交感神経の働きで身体がゆっくりと回復する。朝は6時30分には起きて、7時に朝食、学校で勉強したり、保育園で活発に活動する9時に交感神経が働いているとしっかりお勉強に取り組みめたり、活発に遊んでも怪我をすることが少ないのです。遊びに集中できるのでトラブルもなくなります。そんな生活を提唱して、多くの方が取り組んでくださって、あくびをするお友達は見られなかったのですが、この頃は保育園であくびをしているお子さんが見られます。上に兄弟のいるお友達だと、遅くまで一緒にゲームをしていたのではないかと疑ったりします。幼児期に体内時計をしっかり整えることは重要です。幼児期の過ごし方が生涯の過ごし方の基礎になると言われています。

都留文科大学森のようちえん指導者養成講座が1月19日まで8回の予定で始まります。森っこ隊と一緒に森の活動は今月からすみれ組・さくら組にバトンタッチします。森は子ども達の体力と気力を高めてくれます。保育園ではおとなしく元気のないお友達も森では飛び切りの笑顔で積極的に活動しています。やがて天馬のように身軽に走り回るようになっていきます。

「がんと食生活」専門医が解説 山梨日日新聞 9月25日より  
富士吉田市は食やがんに関する講演会を開き、乳がんを専門とする医師南雲吉則さんが、「『命の食事』～大切な人をがんから守るために今できること」と題して語った。南雲さんはがんの原因の65%を食生活と喫煙が占めていると指摘。予防策として、ポリフェノールを豊富に含み抗酸化作用などがある果物、野菜の皮を食べることや、塩、化学調味料の摂取を控え、醗酵調味料を積極的に摂ることなどを勧めた。

食べ物をかむということは、その食べ物が胃で消化吸収されることを効率よくすることにありますが、ほかに様々な意味をもっていることが最近の研究でわかってきました。食べ物の中に発ガン性物質があった場合でも、唾液が抑制する作用があるのでよくかんで食べていると唾液が多く分泌され予防できるという。少なくとも一回飲み込むのに30回のそしゃくをすると良いそうです。そしゃくは歯のかみ合わせをよくして歯並びをよくし、さらに胃の負担を軽くし、口内を清潔に保つにも効果があるという。また興味深い研究結果では、かむことで脳の血流を活発にし、頭の働きを高めるとともに、仕事などのうえでの行動に積極性を増やす効果があるという。よくかんで食べる子は頭頸部の筋肉の強さが増し、神経系の動きもよくなる。その結果、言語の学習が容易になり、脳の発達を促すといわれている。これは大人になっても同様で、よくかまない人は筋肉や神経の働きが悪くなるので、病気にかかりやすくなったり、不定愁訴で悩んだりすることになる。とにかくかんでかんでかむことだ。かまないと、からだ全体が活性化していかない。 東京農業大学名誉教授 小泉武夫氏の文章「かむと人生豊かになる」より

- お願い
- ☆ 気温の変化が大きいのでその日の気温に適した服装で過ごせるよう保育園でお預かりしている衣服を様々な気温に適応出来るよう心がけていただきたくお願いします。
  - ☆ 一人だけに関りきることが難しいので、体調が悪い連絡を受けたら速やかなお迎えをお願いします。そして早めの治療としっかり回復してからの登園をお願いします。
  - ☆ 運動会に使用する体操着はなるべくそれぞれのお子さんに合うように組み合わせましたが、ゴムの調整など十分ではないと思います。ご家庭でもお子さんに合わせてゴムを入れ替えるなど身体に合わせる工夫をしてのご使用をお願いします。

## 10月生まれのおともだち

### 5歳のおともだち

- 7日 ごおちゃん
- 19日 みなみちゃん
- 22日 せなちゃん

### 3歳のおともだち

- 21日 みなとちゃん
- 27日 あきひさちゃん
- 30日 かこちゃん

### 2歳のおともだち

- 7日 せいらちゃん

HAPPY BIRTHDAY

## おたのしみ給食

10月26日(木)


- ・きのこあさりの和風パスタ
  - ・ブロッコリーと鱈のグラタン
  - ・秋のサラダ・ミネストローネ
  - ・リンゴのケーキ
- おやつ  
・小魚スナック

## テレホンサービス

12日～25日 10月生まれのお友達  
26日～11月8日 ひまわり組のお友達  
43-7285で終日ご利用になれます。

## お知らせ

- ☆ たんぽぽ組担任の森田保育士が都合により10月11日(木)休職になります。新しく採用した鈴木望見保育士が未満児の保育補佐に当たります。すべての園児さんと関わり一人ひとりを良く理解して保育を行なってまいります。
- ☆ 今年度の「まちづくり文化祭・東桂」は11月11日(土)・12日(日)に開催です。会場 東桂小学校 東桂保育園はステージ発表に参加します。グラマ・キルト・クラブの皆さんの作品や子育て支援センターの皆さんの作品も展示を予定しています。

|   | 月 日   | 曜日 | 子どもの予定  | 園の予定  |
|---|-------|----|---|---|
|   | 10月2日 | 月  | 園服着用開始  |   |
|   | 3日    | 火  | 東桂小学校体育館で運動会練習 9:00~11:30                           | 都留保連施設長会議 矢羽  |
| ① | 5日    | 木  | <b>内科検診</b>   |   |
|   | 6日    | 金  | 東桂小学校体育館で運動会練習 9:00~11:30                           |   |
|   | 9日    | 月  | <b>体育の日</b>   |   |
|   | 10日   | 火  | 東桂小学校体育館で運動会練習 9:00~11:30                           | 職員検便 都留保連研究委員会 杉山   |
|   | 11日   | 水  | 小学生のみお仕舞のお稽古  | 都留保連給食委員会 宮下  |
| ② | 12日   | 木  | <b>親子運動会進行練習 ~保護者会役員会~</b>                          |   |
| ③ | 13日   | 金  | 運動会準備 降園バスお休み 16時準備                                 |   |
| ④ | 14日   | 土  | <b>♪ 親子運動会 ♪</b>                                    |  |
| ⑤ | 17日   | 火  | <b>リトミック指導</b>                                      | 市川三郷町保連会長他 1 名来園施設見学打合せ   |
|   | 18日   | 水  | ひまわり組お仕舞のお稽古 (園児のみ)                                 | ヒヤリ・ハット委員会 給食献立会議   |
| ⑥ | 19日   | 木  | お団子づくり  | 職員会議  |
| ⑦ | 20日   | 金  | <b>すみれ組森の活動森っこ隊と</b> 都留文科大学森のようちえん指導者養成講座ひまわり組楽山公園へ |   |
| ⑧ | 23日   | 月  | 避難訓練 <b>非常災害時引渡し訓練</b>                              | 都留保連職員研修「虐待について」いきいきプラザ   |
|   | 25日   | 水  | ひまわり組お仕舞のお稽古  |   |
| ⑨ | 26日   | 木  | <b>10月11月生まれのお誕生会</b>                               | 森の整備委員会18:00 都留文科大学 矢羽 志村 菅谷  |
|   | 27日   | 金  | <b>さくら組森の活動森っこ隊と</b> 都留文科大学森のようちえん指導者養成講座ひまわり組鹿留の森へ |   |
|   | 28日   | 土  |   | 都留保育所連合会職員レクレーション   |
|   | 31日   | 火  | <b>リトミック指導</b> 11月園だより発行 出席ノート集計                    |   |

## お 便 り

- ① 内科嘱託医武井先生の後期の検診です。検診は1時30分に開始を予定しています。体調の悪いお友達は無理をしないで、1週間以内に武井クリニックにお連れいただき検診を受けていただくようお願いいたします。
- ② 運動会の進行練習です。体操着と園服、日除け帽子を着用させて、東桂小学校体育館に8時40分から50分の間に連れください。朝の延長保育のご利用はいつも通りです。
- ③ お子さん達も力を合わせて練習や、準備をしながら年齢なりにすごく楽しみに待っている運動会。東桂小学校の体育館をお借りしての開催です。夕方から準備を始めますので、降園バスの運行はお休みします。3時30分~4時までの迎えに何卒ご協力をお願いいたします。
- ④ 子ども達が主役として練習の成果を十分に発表できるように計画を立て注意深く準備を進めておりますが、何かと行き届かないことやアクシデントも起こるかも知れません。お子さん達が頑張れるように練習の成果を十分に発表できる運動会になりますようこころより願い、保護者の皆様のたくさんの目配りとお力添えをお願いいたします。体育館での練習など詳しくはお手紙でお知らせしております。確認をなさって元気にその日を迎えましょう。
- ⑤ 11月9日に西八代郡市川三郷町の保育園長会の皆様が東桂保育園の見学を予定されていて、代表の園長2名が打合せのため来園なさいます。
- ⑥ 3歳以上児がお月見団子づくりに挑戦します。お米の粉に熱湯を加えてなめらかになるまで捏ねて、お子さん達が小さくまるめてかわいらしいお団子にします。柏餅作りでは中にあんこを入れましたが、丸いお団子の中にあんこを入れるのは難しいかなと思い今回はみたらし団子にしておやつにいただきます。恐れ入りますが爪を切って髪を束ねるスカーフとエプロン、マスクの用意をお願いいたします。
- ⑦ 都留文科大学環境コミュニティー創造の「森のようちえん指導者養成講座」が始まります。ひまわり組が生徒役として、都留文科大学、鹿留子どもふれあいの森、楽山公園、都留文科大学ソローの小屋などで大学生と一緒に様々な経験をかさねます。温かいふれあいがお子さん達のこころをやさしく育んでくれる素晴らしい体験です。30年1月まで毎週金曜日午後からおやつ前まで全8回の予定です。この日は大学キャンパスに出掛け、大学生との初めての出会いです。
- ⑧ 午後3時45分非常災害避難命令発令を想定して、一斉メールでご連絡します。引き渡す方の確認は、引き渡しカードで行ないます。指定されていない方には引き渡せないで記載を変更する方は事前に担任まで連絡してください。災害発生時を想定してなるべく徒歩で、車使用の方もなるべく園内に乗り入れないようお願いいたします。晴れたら園庭で、天候が悪い時はお子さんの保育室でお渡しします。引き渡した後も保育が必要な方は担任までお知らせください。
- ⑨ 10月・11月生まれのお友達のお誕生会です。お楽しみ給食のお手伝いは、みわちゃん、まいちゃんの保護者の方です。よろしくお祈りいたします。午前9時に直接調理室にいらしてください。エプロンと調理用帽子は保育園に準備してございます。お当番表の下の欄をご覧ください。



# 10月の献立



※おやつ欄の( )内は未満児に加わる食品

| 実施日           | 曜日 | 献立                 |  |   | 主な食材   |                                       |   | 熱量<br>塩分   |
|---------------|----|--------------------|--|---|--|---------------------------------------|---|------------|
|               |    | 主食                 | 副食   | おやつ   | 血や骨になる   | 熱や力になる                                | 体の調子を整える  |            |
| 2<br>23       | 月  | 豆入り<br>ご飯          | ・森のきのこカレー<br>・ひじきとチーズのサラダ<br>・柿                  | ・スイートポテト<br>・番茶<br>(グレープフルーツ・番茶)                | ・豚肉・ヒレ肉・ヒジキ<br>・卵・チーズ・豆乳                               | ・玄米<br>・ツツカ代<br>・サツマイモ                | ・人参・玉葱・ヒレ肉<br>・ツツカ・マツタケ・舞茸<br>・キャベツ・キュウリ・パプリカ<br>・柿   | 566        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.3        |
| 3<br>17<br>31 | 火  | 納豆ご飯               | ・鶏と野菜の炊き合わせ<br>・青菜のわかめ和え<br>・みそ汁(玉葱・焼豆腐)<br>・りんご | ・チヂミ風おやき(3日)<br>・おにぎり(17日・31日)<br>・番茶<br>(梨・番茶) | ・納豆・鶏肉・大豆・カマ<br>・焼豆腐・煮干・みそ<br>・魚肉ソーセージ・ツツカ<br>・塩昆布・ツツカ | ・玄米<br>・ゴマ・片栗粉<br>・ゴマ                 | ・人参・大根・蓮根<br>・ゴマ・ツツカ・青菜<br>・セサジ・玉葱・リンゴ<br>・ゴマ・トウモロコシ  | 465<br>486 |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.7<br>1.8 |
| 4<br>18       | 水  | ご飯                 | ・つみれ団子の甘酢あんかけ<br>・もみ漬け<br>・みそ汁(麩・エビ・カマ)<br>・バナナ  | ・和風パスタ<br>・番茶<br>(リンゴ・番茶)                       | ・イソ・おから・鶏肉<br>・ヒレ肉・ツツカ・カマ・煮干<br>・みそ・ツツカ・青川             | ・玄米・片栗粉<br>・小麦粉<br>・ツツカ代・麩<br>・サツマイモ  | ・人参・ツツカ・生姜<br>・キャベツ・キュウリ・エビ<br>・バナナ・玉葱                | 477        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.4        |
| 5<br>19       | 木  | フランス<br>パン         | ・鮭のムニエル 野菜添え<br>・マカロニサラダ<br>・コーンポタージュ<br>・ぶどう    | ・チキンピラフ(5日)<br>・お月見団子(19日)<br>・番茶<br>(チーズ・番茶)   | ・鮭・魚肉ソーセージ・卵<br>・生クリーム・豆乳・鶏肉                           | ・フランスパン<br>・小麦粉・カマ<br>・玄米<br>・米粉・片栗粉  | ・キャベツ・人参・キュウリ<br>・コーン・玉葱・ブドウ<br>・トマト・パプリカ             | 576        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.9        |
| 6<br>20       | 金  | ご飯                 | ・肉じゃが ・貝ひも煮<br>・青菜のしらす和え<br>・みそ汁(高野豆腐・ゴマ)<br>・梨  | ・きらずあげ<br>・バナナ<br>・番茶<br>(バナナ・番茶)               | ・豚肉・ツツカ・貝ひも<br>・高野豆腐・みそ                                | ・玄米<br>・ツツカ代<br>・きらずあげ                | ・人参・玉葱・青菜<br>・セサジ・ゴマ・梨・バナナ                            | 426        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.5        |
| 7<br>21       | 土  | うどん                | ・野菜うどん<br>・チーズ<br>・バナナ                           | ・ビスケット<br>・番茶                                   | ・卵・煮干・チーズ  | ・うどん<br>・ビスケット                        | ・人参・玉葱・ツツカ<br>・バナナ                                    | 439        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.6        |
| 16<br>30      | 月  | 豆と<br>ひじきの<br>ご飯   | ・ポークカレー<br>・切干大根のサラダ<br>・柿                       | ・アップルパイ<br>・番茶<br>(梨・番茶)                        | ・大豆・ヒジキ・豚肉   | ・玄米<br>・ゴマ<br>・バナナ皮                   | ・人参・玉葱・ヒレ肉<br>・蓮根・切干大根<br>・キュウリ・柿・リンゴ                 | 487        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 1.1        |
| 10<br>24      | 火  | ご飯                 | ・野菜と卵の中華風炒め<br>・春雨サラダ<br>・青菜としじみのスープ<br>・りんご     | ・じゃがいもとごはんのおやき<br>・番茶<br>(カボチャ・番茶)              | ・卵・カマ・ツツカ<br>・ひよこ豆                                     | ・玄米・春雨<br>・ゴマ・ツツカ代<br>・片栗粉            | ・人参・筍・ブロッコリー<br>・葱・玉葱・セサジ<br>・キュウリ・バナナ・リンゴ・青菜<br>・リンゴ | 466        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.1        |
| 11            | 水  | ご飯                 | ・鯖のみそ煮<br>・温野菜サラダ<br>・みそ汁(青菜・ツツカ)<br>・いちじく       | ・ゴマきな粉マカロニ<br>・番茶<br>(リンゴ・番茶)                   | ・鯖・みそ・煮干<br>・きな粉                                       | ・玄米<br>・ツツカ代<br>・ゴマ<br>・カマ            | ・人参・コーン・蓮根<br>・牛蒡・ツツカ・青菜<br>・イチジク                     | 432        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.4        |
| 25            | 水  | ご飯                 | ・焼魚(サンマ)<br>・甘酢和え<br>・根菜のみそ汁<br>・いちじくのコンポート      | ・チヂミ風おやき<br>・番茶<br>(グレープフルーツ・番茶)                | ・サマ・昆布・油揚・煮干<br>・みそ・魚肉ソーセージ・卵                          | ・貝ひも<br>・小麦粉<br>・片栗粉<br>・ゴマ           | ・大根・キュウリ・ヒジキ<br>・人参・牛蒡・イチジク<br>・ゴマ・トウモロコシ・玉葱          | 416        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.1        |
| 12            | 木  | 食パン                | ・さつまいもコロッケ 野菜添え<br>・フレンチサラダ<br>・コンソメスープ<br>・バナナ  | ・納豆チャーハン<br>・番茶<br>(グレープフルーツ・番茶)                | ・大豆・豚肉・ヒジキ<br>・卵・納豆・ツツカ                                | ・食パン・サツマイモ<br>・ツツカ代<br>・小麦粉<br>・玄米・ゴマ | ・玉葱・キャベツ・キュウリ<br>・リンゴ・コーン・人参・イチゴ<br>・バナナ・葱            | 596        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.2        |
| 13<br>27      | 金  | わかめと<br>白ゴマの<br>ご飯 | ・豆腐ハンバーグ<br>・青菜のおかか和え<br>・みそ汁(人参・キャベツ・油揚)<br>・梨  | ・ビスケット<br>・昆布<br>・番茶<br>(バナナ・番茶)                | ・カマ・豆腐・鶏肉<br>・バナナ・ヒジキ・卵・豆乳<br>・鯉節・油揚                   | ・玄米・ゴマ<br>・パン粉<br>・ビスケット・昆布           | ・玉葱・セサジ・青菜・セサジ<br>・人参・キャベツ・梨                          | 518        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.0        |
| 28            | 土  | サンド<br>イッチ         | ・コンソメスープ<br>・チーズ<br>・バナナ                         | ・ビスケット<br>・番茶                                   | ・卵・ツツカ・チーズ・カマ  | ・食パン<br>・ビスケット                        | ・人参・玉葱・コーン<br>・バナナ                                    | 531        |
|               |    |                    |  |   |  |                                       |   | 2.4        |

## 給食だより

お酢に含まれている酢酸、果物に多く含まれているクエン酸には、食欲を増進したり、疲労を回復したり、抗菌作用、減塩の効果などたくさんの良い働きがありますが、どちらかというお子さんは好きではない味です。幼いときはおいしい味(油脂、甘み、塩味、うま味)を好む生まれつきそなわっている性質があります。そのため気をつけていないと「好きなものだけ食べる」という習慣が形成されて、生活習慣病になりやすい身体に育ってしまいます。幼いお子さんには酸味は「腐っている」と判断されますので、時間をかけて繰り返し食べさせてあげることにより味覚の判断基準が下がって嗜好が発達していき食べられるようになっていきます。乳幼児期に様々な味を経験し、毎日たくさんの「おいしい」を感じて育って欲しいと願いながら献立を考えています。







### ひまわり組

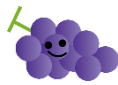
食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋。いろんな楽しみのある季節になりました。暑さが落ち着いて過ごしやすくなってきたこともあり、毎日よく食べ、よく動き、遊ぶことを楽しんでいるお子さん達です。運動会を心待ちにし、毎日の練習にも一生懸命取り組んでいて集中力と覚えの良さには驚かされます。踊るのが大好きな子、走るのが大好きな子、力持ちの子、それぞれが自分の持っている力を発揮できる運動会になりますように。今月から森のようちえんがスタートします。お昼寝をせずに遊びにいける特別感に、もうワクワクしているようです。準備等のご協力をお願いします。

# クラスだより

### すみれ組



祖父母の皆様、先日はふれあいレストランにご出席いただきありがとうございました。お子さん達も何日も前から「ぼくは、ばあばがくるんだよ」とお友達同士で話して心待ちにしていました。お家の方との食事は普段よりおいしく食べられたと思います。先月から運動会に向けての練習が本格的に始まりました。音楽に合わせてダンスや体操をしたり走ったり跳んだり、身体を動かす楽しさをたくさん感じて張り切っています。自分なりに頑張ることができているすみれ組ですが、皆で力を合わせていくことの大切さも少しずつ理解してきています。当日は一回り大きく成長したお子さん達に温かい声援をお願いします。



### さくら組

ますます秋の訪れを感じるこの頃。お子さん達は運動会に向けて練習や準備に一生懸命取り組んでいます。少し背中を押してあげることで、苦手なこともすぐに乗り越えることができるお子さん達に素晴らしいパワーを感じています。さくら組さんはポンポンを持ってダンス、鉄棒、リレーなどに挑戦します。自分なりの目標を持って「たのしい!」「できた!」と感じる経験を重ねることで自信に繋がっていかれたらと思っています。上手下手ではなく、頑張ろうとする意欲やその姿をお家でもたくさん励ましてあげてくださいね。とってもかわいらしいさくら組さんの頑張る姿を楽しみにしててください。

### たんぼぼ組



爽やかな風を感じる季節になり、みんな元気いっぱいかけっこやジャングルジムを楽しんでいます。運動会に向けて、「よーいどん!」と走るポーズを楽しみながら走ったり、ジャンプに挑戦!ではバランスをとりながら平均台を渡り、渡り終わると『ピッ』とカッコいいポーズとる姿はなんともかわいらしいです。当日を楽しみにしててくださいね。給食では、スプーンやフォークをペンクリップ持ちで食べるように頑張っています。「これおいしいね!」とお友達とお話しながら食べたり、苦手な食材も頑張ってお食べている姿に成長を感じます。今月も体調の変化に気をつけ、元気に過ごしていきたいと思います。



### つくし組

涼しさを感じる風や虫の声に秋を感じる今日この頃。つくし組のお友達も、お兄さんお姉さん達の真似をして運動会の練習を楽しんでいます。「ヨーイ」のポーズを決め、「ドン」の声で走っていきます。音楽も大好きなので、曲に合わせて喜んで体操をしています。「自分で」の気持ちも芽生えてきて、靴下や靴を履く練習をしています。履けた時の笑顔は輝き、褒められて満足しています。肌寒くなるとつい厚着になりがちですがお子さん達は活動量も多く汗もかきやすいので、上に羽織る物で調節していきましょう。冬に向けて薄着を心がけて、元気な身体を作りたいと思っています。ご協力をお願いします。

### めばえ組



涼しい風が感じられるようになってきましたね。めばえでは5人の女の子が個性豊かに自己表現をしています。小さいながらも玩具の取り合いや、取って欲しい物や、してほしい事を指をさして「あっ! あっ!」と教えてくれたり、「いないいな〜い」と言うときちから「ばあ」と可愛らしい声とひょっこり笑顔が出てきたり。喃語もだいふ出てきてお話しが楽しいです。月齢の差の面白さもたくさん発見でき、これから過ごしやすくなる秋が増々楽しみです。食事では「カミカミゴックン」の練習をしています。お家でも少し歯ごたえのあるものを取り入れゆっくり噛むことを美味しい食事と一緒に楽しく進めてみてください。

### さつまいも掘り すみれ組



## ♪10月のうた♪

- 森クラス…「さんぼ」
- ひまわり組…「森のファミリーレストラン」
- すみれ組…「きのこ」
- さくら組…「山の音楽家」
- たんぼぼ組…「うんどうかいのうた」
- 「大きなくりの木の下で」
- つくし組…「手をたたきましょう」
- 「どんぐりころころ」
- めばえ組…「げんこつやまのたぬきさん」
- 「どんぐりころころ」

