



令和7年度 第三あおい幼稚園
えんだより はらっぱ



月	火	水	木	金	土	日
1 始業式 午前保育(1号認定) 制服着用	2	3	4	5	6	7
8	9 交通安全指導	10	11 お誕生会 (9月生まれのお友だち)	12 スイミング (年長児)	13	14
15 敬老の日 南太閤山地区 敬老会 (年中児・年長児参加)	16	17 避難訓練	18	19 体育教室	20	21
22	23 秋分の日	24 防犯訓練	25 発育測定 特別保育申し込み 締切日	26 鼓隊指導 (年長児)	27	28
29	30 運動会予行練習	✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿・✿				

～10月の予定～

- ・10/5(日) 第46回うんどうかい(2歳児・3歳以上児参加) 雨天順延 6日(月)
- ・10/24(木) 園外活動(年長児) 行先: 砺波青少年自然の家
- ・10/30(木) 10月生まれのお誕生会

さあ 2学期がはじまります!! まだまだ暑いが続きますが、生活のリズムを整え、朝は、ご飯をしっかりと食べて9時までに登園しましょうね!



1日 始業式 午前保育1号認定のお子さん(11:20降園)

園行事ですので制服着用(園指定ブラウス・ネクタイ・ズボンorスカート・紺ハイソックス)で登園です。

- ・1号認定のお子さんは午前保育(11:20降園)となります。
- ・1号認定の預かり保育(1日)申請済の方、2号認定のお子さんは体操服を持参してください。

～おしらせとおねがい～

★水遊び・プール遊びは終了しました。水着などのご準備ありがとうございました。

★ティッシュ1箱ご寄附ください。
(園児一人に1箱よろしくお願いいたします。)



つつじ組の保護者のみなさまへ

子ども達の体力もついてきたこともあり、2学期(9月1日)より午睡はありません。布団の準備などご協力ありがとうございました。睡眠などでご心配なことがありましたら担任までご相談ください。





鷹 寺 学 園

INFORMATION



暑さが続いた県内。どのように過ごすか工夫が必要な毎日でした。2学期に入っても残暑が厳しいそうです。運動会への準備・活動も、天候と子どもたちの体調を考えながら、取り組んでまいります。久しぶりにみんなが揃う始業式。緊張や戸惑いを覚えるお子さんもあると思います。焦らず、優しく暖かく、背中を押してあげてください。

始業式

久しぶりにみんなが揃う始業式。子どもたちは夏休み中のそれぞれの経験談を友達や先生に話します。
我先に話したい！でもお友達の話も聞こう！という姿です。
「話す」という行動の中にも、学びの機会があります。
話し手は話す力、聞き手は聞く力をつけていきます。
子どもたちが、年齢に応じたやり取りの中で、また一つ成長を見せてくれる2学期です。
どのような姿を見ることが出来るか、保護者の皆様には子どもたちを、温かく見守り応援していただきたいと思います。

生活リズム

早寝早起き朝ごはん。
実践できていましたか？
2学期はいろいろな行事があります。
生活リズムを整えることで、健康的な毎日を過ごせませう。
楽しい2学期を、元気に過ごせるように、応援よろしくお願いします。

行事での子供の反応には…

活動によって、苦手意識を持ったり練習を嫌がったりする子供もいます。
でもこれは、子どもが「発達段階で経験する当然の反応」です。
まず、保護者の皆さんが不安にならず、子どもたちを見守ってください。
必ず成長を見せてくれます。不安な点はいつでも幼稚園へご相談ください。



◎2学期の子どもたち

4・5歳児では、グループやクラスの友達と簡単なルールを理解して遊ぶことが楽しくなっています。

「運動会」という具体的な目標に向かって頑張る事、
その中で学ぶ機会も増える事、製作遊びを楽しむこと
その姿を、年少組や未満児の子どもたちも見ています。
保護者の皆さまには、成長していく子どもたちの姿を、
楽しみに、温かく見守って頂きたいです。

年中、年長になると、地域や外部団体の活動に参加する機会があります。

これらを幼稚園外の活動として経験することで、新たな情報が子どもたちに取り込まれます。
私たちはその場に応じた適切な声掛けを工夫し、学びの機会と捉え、参加しています。

◎給食費・保育料等納入金について

9月納入金は、基準額改定の為20日以降の引き落としになります。
引き落とし手続きが間に合わない場合は、現金での納入になります。



月	火	水	木	金	土
1 (卵・乳・小麦なし)	2	3	4	5 ◎きときとの日	6
花せんべい (ごはん) 厚揚げのそぼろ煮 サワー漬け なすのみそ汁	牛乳・天然酵母のクラッカー (ごはん) さばのみそ煮 梅肉和え きのこのすまし汁	牛乳・豆乳クッキー (ごはん) 卵とツナの炒め物 甘酢和え 野菜のスープ	牛乳・にんじんせんべい (ごはん) 魚のカレー天ぷら おひたし 切干大根の豆乳スープ	牛乳・ミレービスケット (ごはん) 白ねぎチャプチェ 茹でブロッコリー あっさりわかめスープ みかんゼリー	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
飲む野菜と果実・お米deスティックケーキ(バナナ)	牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳・☆ジャムサンド	☆フルーチェ	牛乳・ばかうけ青のり	幼児りんご・お菓子
8	9	10	11 ●◎誕生会	12	13
牛乳・アンパンマンのソフトせんべい (ごはん) 魚の竜田揚げ なめたけ和え かきたま汁	牛乳・シガーフライ (ごはん) オムレツ トマトサラダ カレーシチュー	りんごゼリー (ごはん) 鮭のねぎみそがけ はりはり漬け なめこのみそ汁	牛乳・ビスコ 小松菜入りビビンバ ボイルウインナー スティックきゅうり 豆腐のスープ	牛乳・アンパンマンの幼児ビスケット (ごはん) えびシューマイ 三色和え かぼちゃスープ	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
牛乳・たまごサブレ	牛乳・カルシウム塩せんべい	牛乳・☆みたらしまカロコ	牛乳・玄米ぼんせん醤油味	牛乳・ベジタブルせんべい	幼児ぶどう・お菓子
15	16	17	18	19	20
敬老の日	牛乳・まんまるソフトせん (ごはん) 鮭の塩焼き ドレッシングサラダ 具だくさん汁	牛乳・さくさくかぼちゃポーロ (ごはん) ハムチーズサンド もやしのコーン和え 肉団子スープ	牛乳・ハッピーターン (ごはん) タンドリーチキン ごまマヨキャベツ ミネストローネ	牛乳・味しらべ (ごはん) にら玉炒め きゅうりのカリコリ漬け すまし汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
	牛乳・二色せんべい	牛乳・☆カレー蒸しパン	☆キャラメルプリン	牛乳・ロアンヌパニョ	きになる野菜(キャロット)・お菓子
22 (卵・乳・小麦なし)	23	24	25 ◎きときとの日	26	27
バナナ (ごはん) 鶏肉の揚げがらめ ゆかり和え 油揚げとえのきのみそ汁	秋分の日	牛乳・おととと (ごはん) 蒸し魚の和風マヨソース やみつきブロッコリー ◆冬瓜のすまし汁	牛乳・たまごせんべい (ごはん) ニラ入り焼きそば ナムル 大根のみそ汁	ヨーグルト (ごはん) 魚のかば焼き風 レンコン入りきんぴら 青菜のみそ汁	幼児牛乳・お菓子 (パン) おさかなのウインナー スティックチーズ ゼリー 幼児牛乳
アンパンマンの完熟りんご・ソフトせんべい		牛乳・こぶ柿	牛乳・瀬戸の汐揚	牛乳・ミルクビスケット	きになる野菜(白ぶどう)・お菓子
29	30	日付	【お知らせ】		
コーンフレークの牛乳かけ (ごはん) 豚肉の中華炒め 粉ふき芋 チンゲン菜のスープ	牛乳・ミニぼん こさかな (ごはん) 豆乳コーンコロッケ 納豆サラダ ごぼうのみそ汁	主 食 午前おやつ (3歳未満児) 昼食献立 午後おやつ	・献立は都合により変更することがあります。 ・●印がついている日は主食はいりません。 ・☆印は手作りおやつ、◆印は郷土料理です。 ・◎印は「きときとの日」です。 5日(金)は「ねぎ」、11日(木)は「小松菜」 25日(木)は「にら」です。		
牛乳・やわらかおかき(コーンポタージュ)	☆カラフルフルーツ				

※飲み物がない日はお茶が付きます

まだまだ暑い日が続きますが、少しずつ秋の雰囲気も感じられるようになってきました。朝晩の冷え込みなど気候の変化も大きい時季です。夏の疲れを回復させるためには生活リズムを整え、体内時計をリセットすることが大切です。体内時計は朝の光や朝ごはんによって調整されています。家族そろって朝食を食べて、頭すっきり、身体も元気に一日をスタートさせましょう。

< “朝ごはん” はからだを目覚めさせるスイッチ >

毎日朝ごはんを食べると…



たんぱく質



食物せんい



炭水化物

脳にエネルギーが補給され
遊びや学習に集中できる



かんたん！朝ごはんの組み合わせ例

炭水化物



たんぱく質



あればgood！

やさしい料理
やくだもの



朝ごはんてたべた『たんぱく質』は筋肉になりやすく、脳のエネルギーになるごはんやパンなどの『炭水化物』と組み合わせるとよいです。



ゆでたまご



or



ウインナー

きときとの日

今月の食材： にら

にらに含まれている、強い香りの「アリシン」は、ビタミンB1の吸収をアップし、糖分の分解を促進するので、ビタミンB群豊富な豚肉やレバーとの相性は抜群です。にらの根元の白い部分には葉先の約4倍のアリシンが含まれ、シャキシャキした食感も楽しめるので、無駄なくいただきます。

今月のレシピ「 にら入りやきそば 」

●材料（1人分）

- ・中華麺 40g
- ・キャベツ 20g
- ・にんじん 8g
- ・にら 5g
- ・豚バラ肉 10g
- ・塩こしょう 適量
- ・焼きそばソース 5g
- ・お好み焼きソース 5g
- ・油 1g

●作り方

- ① キャベツは1cm幅に切り、にんじんは短冊切りにする
にらは3cmの長さに切る
- ② 豚バラ肉は食べやすい大きさに切り、塩こしょうで下味をつける
- ③ フライパンに油をひいて豚バラ肉を炒める
- ④ ③に、にんじんを加え、しんなりするまで炒め、キャベツ、にらを加えてしんなりするまで炒める
- ⑤ ④に中華麺を入れて炒め、2種類のソースを加えて味を調える

給食先生のおすすめ！

焼きそばソースにお好み焼きソースを混ぜて甘味をプラスして、こどもたちが食べやすい味に調整しています。



【クイズ】にらやにんじん、ほうれんそうなどのみどりやきいろの
いろのこい やさいのなかまはなんでしょう？

- ①たんしょくやさい ②のうこうやさい ③りよくおうしょくやさい

答えは下にあります



ほけんだより 秋号



令和7年9月
鷹寺学園
第三あおい幼稚園
看護師

暑い夏を元気いっぱい過ごした子どもたち。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入りたっぷり睡眠をとるなど、体調を崩さないように気をつけて残暑を元気に過ごしていきましょう。



防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないように工夫する



かぜの時に風呂に入っても大丈夫？

熱がなければ入っても大丈夫です。かぜの時の風呂は、疲れを取るためではなく皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れることはやめましょう。



生活リズムの見直し



夏休みの間に眠る時間が遅くなったり、食事の時間が不規則になったりしていませんか？ かぜを引かない強い体をつくるために生活リズムを見直しましょう。

- ・早起きして余裕をもって、朝ご飯、歯みがき、トイレを済ませる（朝食は必ず食べましょう）
- ・シャワーだけでなく、ゆっくりとお風呂に入る
- ・早寝を心がけ睡眠をしっかり取る
- ・顔色や食欲など、普段から健康観察を細かく行う



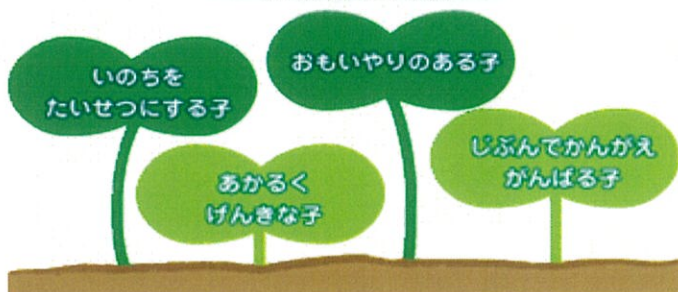


教育理念

生かせるのち

すべてのものにいたわりと思いやりの心を持ち、社会の一員としての責任を果たす個性豊かな人間を育てることを目的とする。

教育目標



げんきいっぱい！
みんななかよし♪
第三あおいっ子の
9月は…

5歳児 あじさい組

- ・戸外で思いきり体を動かして遊ぶ心地よさを感じよう。
- ・友だちと力を合わせたり、競い合ったりする楽しさを味わおう。

4歳児 こすもす組

- ・生活リズムを整えながら、友達や保育者と一緒に元気に遊ぼう。
- ・友だちと音楽に合わせて身体を動かしたり、運動遊びをしたりして楽しもう。

3歳児 つつじ組

- ・園庭で思いっきり走ったり、体操したりして、元気いっぱい体を動かそう。
- ・身近な秋の自然に触れて楽しもう。

2歳児 うさぎ組

- ・園での生活リズムを整え、元気に遊ぼう。
- ・運動遊びを楽しみながら、色々な身体の使い方を知ろう。

1歳児 ひよこ組

- ・保育者や友達と一緒に、元気いっぱい体を動かして遊ぼう。
- ・戸外遊びやお散歩で、身近な秋の自然との出会いを楽しもう。



歌ってみよう♪

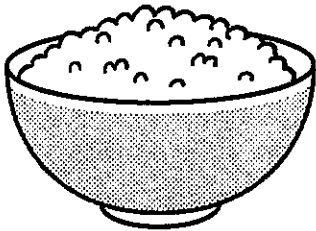
- ・大きな栗の木の下で
- ・どんぐりころころ
- ・とんぼのめがね
- ・焼きいもグーチャーパー など

たのしくたべようニュース

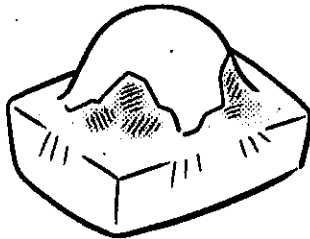
身の回りの米が変身した食品

米は日本の主食です。炊いてごはんにして食べるだけではなく、だんごやせんべいなどの菓子や、酢やみりんなどの調味料、もちや米粉パン、ビーフンなど、いろいろな身近な食品に加工されています。

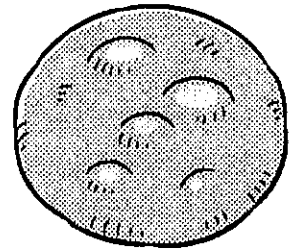
ごはん



もち



せんべい



す



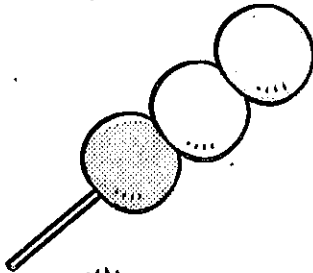
みりん



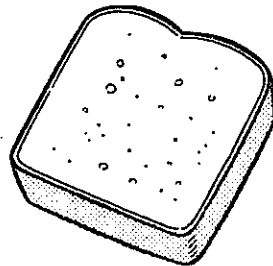
あぶら



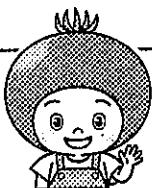
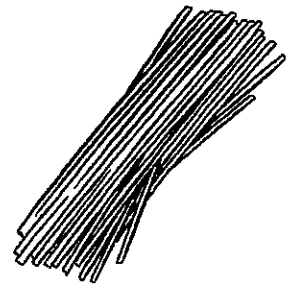
だんご



こめこ^{ぱん}パン



ビーフン^{びーふん}

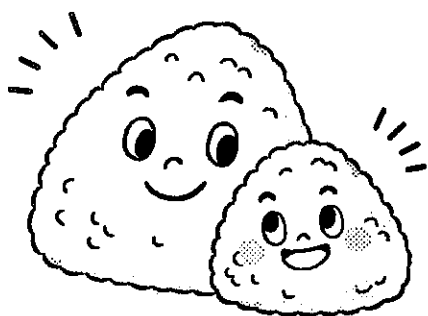


とまっち

みんな こめから できて いるよ

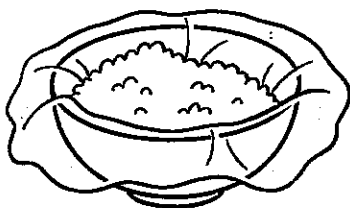
親子でつくろう

おにぎり

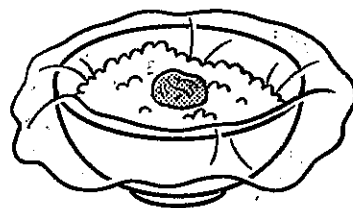


好きな具や形で、おにぎり
づくりを楽しみましょう。

①茶わんにラップフィルムを
敷き、ごはんを入れます。



②真ん中に具をのせます。



③ごはんをラップで包み、
にぎります。



④塩をふって完成。のりを
まいたり、ふりかけを混
ぜたりしてもOK。

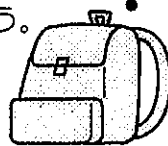


9月1日は防災の日



9月1日は、「防災の日」。この日から1週間は、「防災週間」です。

ご家庭の食品備蓄などを見直してみましょう。大きな災害が起きると、
電気や水道などが使えなくなることや、支援物資が届かないこともあります。
最低3日から1週間分の備蓄があると安心です。被災した時に、お子
さんが安心して過ごせるように、好きな飲み物やおやつを、また、乳児がい
るご家庭は、乳児用液体ミルクや哺乳びん、離乳食などを備えましょう。



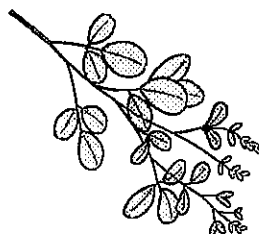
食べ物の出てくる 絵本で食育

食べ物が登場する絵本は、子どもたちに、
食事の楽しさや大切さを教えてくれるだけで
はなく、食べ物へ興味を持つきっかけにもな
ります。親子でお気に入りの絵本を見つけ
てください。



秋の彼岸に供える おはぎ

秋の彼岸には、炊いたもち米を半づ
きにして丸め、あんで包んだりきな粉
をまぶしたりしたもちを供えます。こ
のモチは、秋に咲く萩の花にちなんで
「おはぎ」と呼ばれています。



ほけんニュース

かけっこが速くなる運動遊び

かけっこが速くなる動きを、遊びながら身につけられる運動遊びを紹介します。



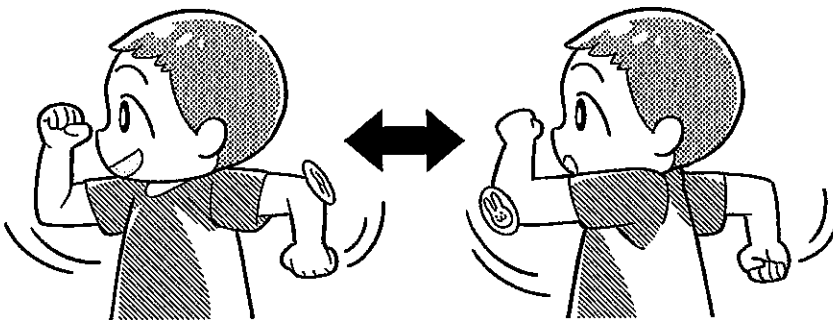
けんけん ずもう

腕を胸元で組み、けんけんをしながら友だちと押し合います。

遊ぶ時は体幹を意識するように、「体が棒になったみたいに、おなかに力を入れようね」などと、子どもたちに声をかけてください。けんけんをすることで、走る時に必要な、つま先や片足で地面をける力がつきます。けんけんをする足は、ときどき足をかえるようにしましょう。



こうそく うでふり ゲーム



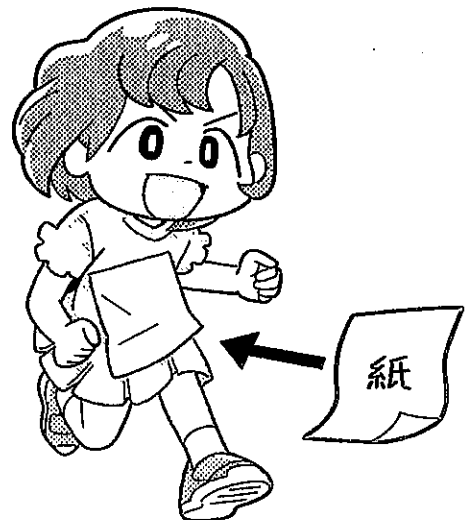
ひじに絵や文字などをはり、腕を速くふって、何がかかっているのかを当てる遊びです。友だちに絵を当てられないようにするため、腕を速くふる力がつきます。



かみが おちないマジック

紙を胸に当てて、前を向いて走ります。紙が落ちないようにスピードを出して走ります。はじめは、新聞紙などの薄くて大きめの紙の方が、やりやすいです。この遊びで、全速力を出して走る力をつけます。

何人かで一緒に行う時は、ぶつからないように同じ方向に走ります。



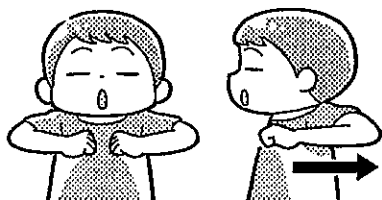


プラス

うで じゃんけん

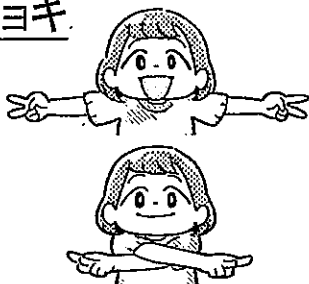
腕を大きく動かすことで、肩甲骨の柔軟性が高まる遊びです。最初はグーで始めます。

グー



脇を開いたまま、ひじを肩の高さまで上げて、後ろに引きます。そうすると、左右の肩甲骨が近づきます。

チョキ



両腕を肩まで上げて、はさみのように、胸の前で手を交差させます。そうすると、グーとは反対に肩甲骨が開きます。

パー



バンザイをするように、できるだけ高く両手を上げます。そうすることで、肩甲骨が上下に動きます。

※イラストでは、手でもグー、チョキ、パーをしています。難しい場合には腕の動きだけにします。

DATA

外遊びの機会が減少

順天堂大学のアンケート調査によると、子どもの遊び方について「室内の遊びが非常に多い、少し多い」と回答した保護者は、2007年度は全体の45.2%でしたが、2022年度には60.0%に増加しました。一方、「戸外の遊びが非常に多い、少し多い」との回答は、2007年度の21.0%から、2022年度は13.4%と減少しています。外遊びは、子どもたちに多くの刺激を与えます。また、太陽光を浴びることは、骨や目の健康にも必要です。外で楽しく遊ぶ機会を増やしましょう。

■ お子様の遊びは室内と戸外とどちらが多いですか？

	2007年度(%)	2022年度(%)
室内での遊びが非常に多い	17.4	28.5
室内の遊びが少し多い	27.8	31.5
どちらもおなじくらい	33.8	26.7
戸外での遊びの方が少し多い	12.4	9.3
戸外での遊びが非常に多い	8.6	4.1

■ お子様を外遊びをする時間（晴天の日）はどのくらいですか？

	2007年度(%)	2022年度(%)
まったくしない	1.1	3.4
30分以内	7.2	11.7
30分～1時間くらい	33.1	37.9
1時間～2時間	36.0	33.8
2時間～3時間	14.7	10.3
3時間以上	7.8	2.9

出典 順天堂大学「令和4年度 幼児期からの運動習慣形成プロジェクト（保護者等の運動遊びに関する行動変容調査）」事業報告書