



学校法人志賀学園  
久之浜こども園  
令和2年9月30日

数週間前まで暑い日が続いていましたが、あつという間に涼しくなり、萩の花が咲き、栗が実り、秋らしい心地よい季節になりました。

前日まで、雨や風の悪天候が続き、心配された今年の運動会でしたが、当日は天候も持ち直し、お父さまお母さま方の見守り中、無事に終わることができました。

コロナ禍の中で運動会をどのように行ったらいいのか、各方面の方々から、いろいろなご意見を伺いながら、今年は規模を縮小し、クラスごとに行うこととしました。また、保護者の皆様には、人数を制限し、検温、消毒、ソーシャルディスタンス等のご協力を頂きましたこと心より感謝申し上げます。おかげさまで、このように制限された生活の中でも、今できることを精一杯行うことができました。特に子どもたちの生き生きと活躍する姿が見られたことが何よりも嬉しいことでした。

また、今年は残念ながら0歳1歳の子どもたちは、まだ体が小さく感染への抵抗力も懸念されることから、運動会への参加は見送らせていただきましたが、1歳児は29日に園庭でミニ運動会を行いました。かけっこをしたり、ダンスをするなど広い園庭で体をいっぱい動かして楽しむことができました。0歳児は今、季節の変わり目で体調を崩しているお子様が多いので、10月にクラスの園児が揃ったときに、またみんなで行いたいと思います。土曜日通園の0・1歳児の方には26日(土)は園の行事のために休園にご協力頂きありがとうございました。今回の行事のように、今後の行事も例年とは様式を変えながらも、子どもたちにとっては、これまでと変わらない活動や経験を積んでいきたいと考えておりますので、宜しくお願いします。

さて、先日、福島県栄養士会いわき支部より、管理栄養士の佐藤夕佳先生をお招きし「小児期からの生活習慣病予防の食事」というテーマで食育講話と調理の実演を行いました。とても良いお話でしたので、掻い摘んでお伝えします。

1. 身体を作るもの…肉・魚・豆・卵・牛乳・小魚・海苔・わかめ→「赤」の食べ物
2. 熱や力になるもの…ごはん・うどん・芋・砂糖・油・バター→「黄色」の食べ物
3. 調子を出すもの…キャベツ・きゅうり・ネギ・大根・人参・カボチャ・ほうれん草  
→「緑」の食べ物

「赤」「黄色」「緑」をバランスよく食べましょう！

野菜が嫌い、苦手なお子様は、多少なりとも含まれる野菜の苦味を感じて本能的に拒否してしまうようで、家族が美味しそうに食べているのをまねしながら少しづつ口にし、その上褒められると心地よい経験を繰り返し、苦手な食べ物も一つずつ美味しいと受け止められるようになるということでした。褒めながら、食事を楽しみ時間とするとともに買い物やお手伝いなどにより、食事に関わる機会を作ってみてください。



# 10月の行事予定

日	曜日	行 事 内 容
1	木	令和3年度入園受付開始      お月見会
2	金	体育教室(ばら・すみれ・さくら)
3	土	奉仕作業(たんぽぽ・ばら・すみれ)9:00~10:00
4	⑩	
5	月	避難訓練      習字教室(さくら)
6	火	英語教室(ばら・すみれ・さくら)
7	水	園外保育(すみれ)      アルバム写真撮影(さくら)
8	木	園外保育(さくら)
9	金	体育教室(ばら・すみれ・さくら)
10	土	
11	⑩	
12	月	園外保育(ばら)
13	火	英語教室(ばら・すみれ・さくら)      身体測定(ちゅうりっぷ・たんぽぽ)
14	水	身体測定(もも)
15	木	令和3年度入園受付 13:30~16:00(2号・3号認定希望の方)      内科検診
16	金	体育教室(ばら・すみれ・さくら)
17	土	
18	⑩	
19	月	
20	火	英語教室(ばら・すみれ・さくら)
21	水	
22	木	習字教室(さくら)
23	金	体育教室(ばら・すみれ・さくら)      おたより帳預かり
24	土	
25	⑩	
26	月	
27	火	英語教室(ばら・すみれ・さくら)      身体測定(ばら)
28	水	作品展      身体測定(すみれ)
29	木	お誕生会      身体測定(さくら)
30	金	体育教室(ばら・すみれ・さくら)      ハロウィンパーティー      おたより帳預かり
31	土	