



Vol. 150

# あのねレター

H29.9.1  
なかよし保育園  
子育て支援センター  
事業推進委員会  
Tel 086-253-0249  
ホームページ  
<http://www.kids-nakayoshi.jp/nakayoshi/>

食育講座をしました。  
寒天や豆乳を使ったおやつや野菜たっぷり田舎うどんを作りました。だしの取り方や味付けの濃さなど教えてもらいました。



感触あそびをしました。  
片栗粉のクリームや石けんで「あわあわケーキ」を作ったよ。氷は冷たくて気持ち良かったね。

- \*サロン\*  
月～金曜日の 10:00～16:00 の好きな時間に来て子育て支援センターの部屋や、園庭で遊んでいただけます。水分補給用のお茶を持って来て下さい♪
- \*ランチタイム\*  
月～金曜日の 11:30～12:30  
お母さんが作った弁当を友だちやお母さんと一緒に食べましょう。
- \*オープンスペースについて\*  
午前中の時間に絵本の読み聞かせやふれあい遊び、ペープサート劇などの出し物を行ないます。参加してみてくださいね。天気の良い日は園庭でも遊べます。帽子、水分補給の出来るものを持って来て下さいね。



## 9がつの予定

## 予定の詳細について

月	火	水	木	金
				1 サロン
4 サロン	5 オープンスペース	6 サロン	7 サロン	8 サロン
11 サロン	12 オープンスペース	13 サロン	14 サロン	15 サロン
18 休日 (敬老の日)	19 オープンスペース (身体測定)	20 赤ちゃんクラブ (午後サロン)	21 サロン	22 サロン
25 サロン	26 ミニ運動会 (午後サロン)	27 サロン	28 リトミック (午後サロン)	29 サロン (出前保育)

**赤ちゃんクラブ**  
日 時：9月20日(水) 10時～(時間厳守)  
場 所：なかよし保育園 子育て支援室  
対 象：0歳児  
定 員：20名  
※お母さん同士の交流や悩みや相談など出来ます。  
※保健師さんのミニ講座があります  
※要予約！定員になり次第締め切りとなりますので、ご了承下さい。

**ミニうどんかい**  
日 時：9月26日(火) 10時～11時30分  
(時間厳守でお越し下さい)  
場 所：なかよし保育園 園庭  
※予約をお願いします。  
※当日、欠席される方は園の方まで連絡をお願いします。  
※動きやすい服装で来て下さい。  
※水分補給・帽子を持って来て下さい。  
※たくさんの方にご参加いただきたいので、乗り合わせるか、公共交通機関や徒歩、自転車でお越し下さい。

**リトミック**  
日 時：9月28日(木) 10時～(時間厳守)  
場 所：なかよし保育園 遊戯室  
対 象：1歳半～2歳半  
定 員：20名  
※親子で一緒にするので動ける服装でお越し下さい。お茶を持って来て下さい。  
※要予約！定員になり次第締め切りとなりますので、ご了承下さい。

♪10月の予定♪  
9月も暑い日が続きますので、水分補給のお茶、帽子を持って来て下さい。  
◎交通安全指導 10月3日(火) 10時～(時間厳守)  
◎お月見会 10月4日(水) 10時～(時間厳守)  
◎公園であそぼう  
10月24日(火) 10時～(時間厳守) 雨天中止  
雨天の場合は、子育て支援センターで遊びます。  
◎ふれあいデー 10月21日(土) 9時10分～開場  
◎お芋会 10月31日(火) 10時～(時間厳守)  
※1ヶ月前より予約が可能です。支援センターの来園時やセンターの開園時間内に予約して下さい。  
※追加の行事が入ったり予定が変更になったりすることもありますので、ホームページなどで確認して下さい。

## 今、身につけて欲しい「豊かな想像力」



私の好きな絵本に、「りんごかもしれない」（ブロンズ新社）という一冊があります。誰が見ても迷わず「りんご！」と答えるであろう、赤くてつやつやした丸い固体で、主人公の男の子は、「もしかしたらりんごじゃないかもしれない」と、あらゆる想像力を働かせて様々なものに見立てていきます。「赤い魚が丸まっているのかも…」「宇宙から落ちてきた小さな星で、表面をよく見ると小さな宇宙人がいっぱいいるのかも…」「心があるのかも…」などと、誰も考えつかないような発想が次々とわいてくるのです。作者のヨシタケシンスケさんの想像力というか、妄想力に乗せられて、ついつい自分も悪のりしてしまいそうな絵本でもあります。

りんご一つで、これだけ自由に発想が広がるとは、なんと素敵なことでしょうか。家族みんなでこの本のように、「〇〇でないかもしれない」と何かを別の物に見立てて自由に発想を広げていくと、きっとコミュニケーションも高まることでしょうか。意外と子どもたちの方がおもしろいアイデアを出すかもしれません。

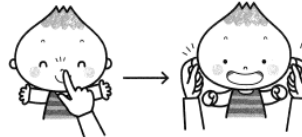
子どもたちには、これからの時代を心豊かに育ててほしいと願っています。自由に発想したり、柔軟に物事を考えたりする子どもは、人の気持ちや周りの状況などを豊かに感じる力を身につけることができると思っています。人生の基盤をつくる幼少期に、豊かな想像力を身につける環境を整えていきたいものです。

岡山市立石井小学校 校長 後閑 智美

### ハナハナあそび



①ハナ ハナ……みみ



大人は、ひとさし指で子どもの鼻を4回たたき、耳を触る。

②みみ みみ……くち



同様に、耳を触ってから、口を触る。

③くち くち……ほっぺ



同様に、口を触ってから、ほおを触る。

④ほっぺ ほっぺ……め



同様に、ほおを触ってから、目の縁を軽く触る。

## 生活リズムを見直そう

暑い夏をプールや野外で元気に過ごした子ども達。そろそろ夏の疲れが出る頃です。秋になり、運動会などの行事もあります。様々な行事を元気に迎えられるように、今一度子どもの健康生活を見直してみましょう。

生活の乱れは、健康に悪影響を及ぼします。朝の生活の見直しから、リズムを取り戻しましょう。

※まずは早起き 遅寝を早起きにするのは難しいです。まずは、遅く寝ても早く起きる習慣を身につけましょう。

※光を浴びる 起きたら部屋のカーテンを開け、太陽の光を浴びましょう。それによって生体時計がリセットされ、からだも脳も目覚めます

※朝食をとる 朝食で胃腸を働かせ、目覚めさせます。

### (よく噛んで食べる)

乳幼児期から学童期は、食べ方を育てる時期となる。口腔機能が発達し歯の生え変わる時期でもある。また、五感を育て咀嚼習慣を育成する大切な時期となる。

### (よく噛むことのメリット)

- ・食べ物が栄養分として消化吸收されやすくなる。
- ・素材の味や歯ごたえ、噛む音など五感を使って楽しむ事が出来る。
- ・だ液がたくさん出て、口の中がきれいになる。
- ・満腹感を得ることが出来る。

