

# 9月の園だより

令和 5年 8月31日  
社会福祉法人 まほろば  
湊 こども園



酷暑が続く毎日でしたが、遠く澄んだ空や朝夕の心地良い風に、秋の兆しを感じられます。この夏を越えた子どもたちの姿を見ていると、一回り大きくなり逞しくなったように見え嬉しく思います。今年度も半分が過ぎました。これから後半期の活動に入っていきます。

今月は『敬老の日のつどい』を行います。大好きなおじいちゃんやおばあちゃんと一緒に、遊んだりおしゃべりをしたりして、楽しいひとときを過ごす予定です。お孫さんとの思い出の一つにぜひご参加ください。10月には運動会もあります。友達との繋がりが深まっていく時期に、運動遊びを通して友達と力を合わせることの楽しさや最後までやり遂げることの喜びを味わって欲しいと思います。

🌕 9月29日（金）は中秋の名月・満月の日です。一年で一番、月が美しく見える日です。ご家族でお月見を楽しんでみてくださいね。

園長

9月の行事予定			16	土	園庭開放
1	金	園庭開放 大阪880万人訓練 避難訓練	17	日	
2	土	デイキャンプ（5歳児）	18	月	敬老の日（休園）
3	日		19	火	
4	月	清掃デー 身体測定（～8日）	20	水	体育教室
5	火		21	木	運動会全体練習（3・4歳児）
6	水	体育教室	22	金	運動会全体練習（5歳児）
7	木		23	土	秋分の日（休園）
8	金		24	日	
9	土		25	月	
10	日		26	火	運動会全体練習（2・3歳児）
11	月		27	水	体育教室
12	火	敬老の日のつどい	28	木	運動会全体練習（4・5歳児）
13	水		29	金	
14	木		30	土	
15	金				



<10月の主な行事予定> 4日（水）運動会予行（2～5歳児）

7日（土）運動会（2～5歳児）雨天順延 …0・1歳児は家庭保育のご協力をお願いします。

28日（土）運動会（0・1歳児）…2～5歳児は家庭保育のご協力をお願いします。



## お知らせとお願い

- ◎ 2日（土）デイキャンプ（5歳児）…当日は夕食のカレー作りやキャンプファイヤーなどをして楽しみます。お渡ししているプリントで、時間や持ち物などの確認をお願いします。  
\*0～4歳児は平常保育ですが、お仕事がお休みの方は家庭保育のご協力をお願いします。
- ◎ 12日（火）敬老の日のつどい…園児のおじいちゃん・おばあちゃんを招待し、子どもたちと一緒に遊び、楽しいひと時を過ごしていただきたいと思います。詳しくは、お渡ししているプリントをご確認ください。参加希望の締め切りは9月4日（月）です。
- ◎ 運動会の全体練習をおこないます。クラスによって日にちが違いますので、行事予定表をご確認ください。（3～5歳児…2回、2歳児…1回）3～5歳児は体操服で登園してください。運動会の詳細につきましては後日お知らせします。



## 保健だより

### <いろいろな感染症が出ています>

8月は、ヘルパンギーナ・コロナ・アデノウイルス・ヒトメタニューモウイルスなどの感染症がでました。

#### ヒトメタニューモウイルス

気管支炎や肺炎などの呼吸器症状をひきおこすウイルスです。  
乳幼児の間で流行しやすい。

症状は一般的な風邪症状

- ・咳（悪化すると気管支炎などに）
- ・鼻水
- ・熱（4～5日程度続くことが多い）



RSウイルスに似ています。診断には迅速キットでおこないます。

同時に他の細菌感染してしまうことも少なくありません。熱が長引く時は、中耳炎や細菌感染による肺炎などの可能性もありますので、もう一度受診してみましょう。

手洗い・うがいによる予防、食事、休息などしっかりとって無理せず体調を整えましょう。



## 食育だより

### <朝ごはんを食べよう！>

誰もが忙しい朝の時間で簡単に済ませることが多い朝食ですが、実は大切な意味を持っています。睡眠中に低下した体温を上げ、1日の始まりに脳や身体機能をウォーミングアップする効果があります。朝ごはんを抜くと、基礎代謝が低いままになってしまうので、なかなか集中力が上がりませんが、朝ごはんを食べることで、胃腸が動いてスムーズな便意を促してくれます。また、朝ごはんを食べないと、パワーが出るのがお昼ごはんの後なので、夜更かしに繋がってしまいます。朝ごはんは体にとって1日の始まりを知らせてくれる目覚まし時計のような役割も持っています。

家族で会話をしながら食べることは、食事の大切さを再認識する機会にもなります。休日だけでも、朝ごはん家族で食卓を囲む機会を作ってみてはいかがでしょうか？

