

9月の園だより

令和 8年 8月31日
社会福祉法人 まほろば
湊 こども園



強い日差しが残る9月のスタートとなりました。連日の暑さで外遊びが難しかったものの、室内では子どもたちの笑顔がいっぱい。お部屋やホールにシートを敷いて水遊びをしたり、ひんやり冷たい氷に触れたりして、「つめたい!」「きもちいい～」と喜んでいました。また寒天や片栗粉・泡などの感触を味わう遊びも楽しんでいました。制限がある中でも夏ならではの遊びを楽しむことができてよかったです。今月は0～2歳児の運動会があります。子どもたちが生活や遊びの中でのびのびと身体を動かして遊んでいる、日頃の様子を見ていただけたらと思います。

園 長

9月の行事予定			16	水	園庭開放
1	火	避難訓練 引き渡し訓練 身体測定(～7日)	17	木	体育教室
2	水	運動会全体練習(0～2歳児)	18	金	保育参加
3	木	体育教室 園庭開放	19	土	
4	金	リトミック	20	日	
5	土		21	月	敬老の日(休園)
6	日		22	火	国民の休日(休園)
7	月	清掃デー	23	水	秋分の日(休園)
8	火	リトミック	24	木	体育教室
9	水	運動会予行(0～2歳児)	25	金	
10	木	体育教室 	26	土	
11	金		27	日	
12	土	第25回運動会(0～2歳児)	28	月	
13	日		29	火	運動会全体練習(3～5歳児)
14	月	不審者訓練 	30	水	
15	火	敬老の日のつどい			

<10月の主な行事予定> 3～5歳児運動会→全体練習…1日(木) 予行…7日(水)【雨天時8日(木)】

10日(土)運動会(3～5歳児)雨天順延…0～2歳児は家庭保育のご協力をお願いします。(一日保育の方はお弁当日)

23日(金)遠足(3～5歳児) 30日(金)秋のおたのしみ会



お知らせとお願い

- ◎ 1日(火)の避難訓練は、大阪880万人訓練の時間におこないます。保護者の方への安否連絡やお迎えの時に引き渡し訓練もおこないますので、ご協力をお願いします。
- ◎ 12日(土)0～2歳児運動会…時間を分けてクラスごとにホールでおこないます。
0歳児9:00～・1歳児9:50～・2歳児11:00～。詳しくは、先日お渡ししたプリントをご確認ください。(全体練習…2日、予行9日)
*3～5歳児クラスの方は家庭保育にご協力ください。仕事で一日保育になる方はお弁当日となりますのでご了承ください。(一日保育の方は4日(金)までにお知らせください)
- ◎ 14日(月)不審者訓練は、警察の方に協力していただき不審者侵入時の訓練をおこないます。
- ◎ 15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。(参加申し込みは締め切りしました)



保健だより

<1日のスタートは朝ごはんから>



朝は毎日忙しくてバタバタしてしまいがち。その中、朝ごはんを抜いてしまうことも…。朝ごはんを抜くと、午前中の活動がしっかりできず、体調を崩してしまう子どももいます。1日をしっかり過ごすためにも朝ごはんを食べましょう！

朝ごはんでは生活リズムを整えましょう

- 体内時計のリセット
朝に食事をとることで24時間の正しいリズムに調整されます。
- 体温と代謝アップ
眠っていた体と胃腸が目覚め、エネルギーが体にいきわたります。
- 脳の活性化
脳に必要な栄養がとどき、集中力や記憶力が増し、午前中から元気に活動できます。



食育だより

<防災の日>

9月1日は防災の日です。何かが起こった時に慌てないためにどんな準備をしておけばよいか、「食」の備えについて紹介します。災害物資が届くまで3日以上かかることや、物流機能の停止によりスーパーなどで食材が手に入らなくなることが予想されます。このため最低3日分×人数分の家庭備蓄が望ましいとされています。

備蓄しておくといよいもの

- 飲料水（目安…1日一人3L）
調理用も含め3Lが必要です。乳児がいるご家庭は粉ミルク調乳のために多めに準備しましょう。
- ごはん（アルファ米）
おかゆは水の量を増減するだけでごはんの柔らかさを調整でき、乳児から高齢者、食欲が低下している時にも役立ちます。
- 缶詰
- レトルト・インスタント食品など
- お菓子
ストレスを和らげ、安心感にもつながります。



災害が起きてからできることは限られていますが、災害が起きる前にできることはたくさんあります。各家庭に合うやり方を見つけて、家族で共有しておきましょう。