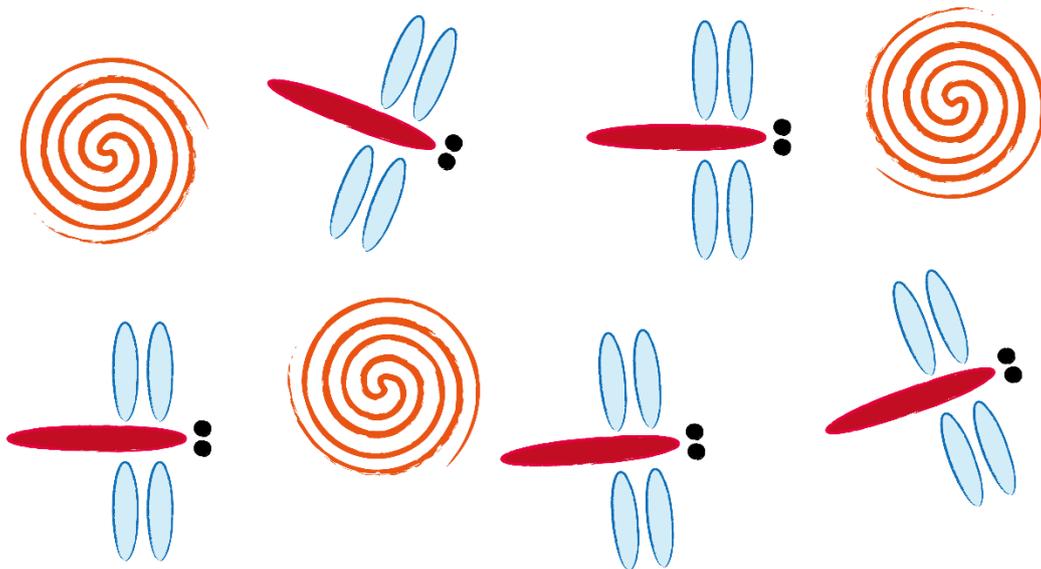


# 9月 園だより

R2. 9 くるみ園発行

外に出ればまだまだ汗ばむ季節ではありますが、朝夕少しずつ秋の訪れを感じるようになりました。水遊びも終わり、子ども達は有り余る体力でクラス内やプレイルームなどで遊んでいます。

9月から運動会練習が始まります。個々に合わせた目標を設定し、楽しみながら目標が達成できるよう関わっていきたいと思います。暑さ対策（水分補給）、コロナウイルス対策を行いながら、運動会練習を行います。



## 9月の目標

- ・運動会練習を通して体力の向上を目指し、元気なカラダを作る。
- ・繰り返し練習し参加することで、運動会への期待が高まり、最後までやり遂げる気持ちを身につける。

## 9月行事予定



日	月	火	水	木	金	土
		1 合保	2 定例職員 会	3 合保 園児健康診断	4	5 休園日
6 休園日	7 外来BC	8	9	10 合保	11	12
13 休園日	14 外来CA	15 合保	16	17 合保 合同遊戯 身体測定	18	19
20 休園日	21 休園日	22 休園日	23 誕生会 給食保健委員会	24 合保 避難訓練	25	26 休園日
27 休園日	28 外来AB	29 合保	30			

※8月1日時点での行事予定です。

※9/28～10/9まで河原学園より保育実習に4名来られます。

## 10月行事予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 合保	2	3 定例職員 会
4 休園日	5 合同遊戯 外来BC	6 合保	7 休園日	8 合保	9	10 休園日
11 休園日	12 外来CA	13 合保	14 運動会	15 運動会	16 身体測定	17 休園日
18 休園日	19	20 合保	21 誕生会	22 合保 避難訓練	23 給食保健委員会	24 休園日
25 休園日	26 外来AB	27 合保	28	29 合保	30	31 休園日

※9月1日時点での行事予定です。

※10月7日（水）は松山地方祭が中止でも休園日となります。

※福角会祭は中止となった為、10月18日（日）は休園日とし

10月19日（月）を開所日となります。

※運動会の詳細は後日お便りにてお知らせ致します。

## ～ある日の出来事～

ある日の事、こじか組のH君に呼ばれた二宮先生。何かなと思ってこじか組に行くと、「そこに座りなよ♪」と言われ、座ると。。。いきなりおそまつ君の『シェー』を披露。それも2回。「うわぁ～、上手だね～」と拍手をする二宮先生に、「先生もやっごらん」とのお誘いが。二宮先生も負けじと『シェー！』とすると、「なんか違うんだよね、先生…」と一言。その後、一人さびしく二宮先生はその場に立ちすくんでいました。

きりん組で「大きなかぶ」のエプロンシアターをしました。子ども達みんな楽しんでくれました。Y君もすごく楽しかったのか、自由時間に密かにエプロンシアターセットを持ってきて、一人で楽しむ姿が。しかも、キャラクターを動かしながら、それに合わせて自作の歌まで歌っていました！

8月のある日、先生から「おたよりばさみをナイナイしてきて」と言われた、F君。しっかりとゴミ箱にナイナイしに行きました！

少し高さのある設定のサーキットが苦手なS君。運動会に向けて、サーキットを練習中。その日もはしごの上を渡る練習をしていました。渡りながら何やら言っている。。。よく聞くと「S君、頑張ってる。S君、頑張ってる。」と自分を奮い立たせていました。

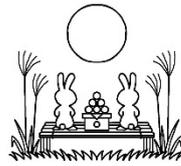
❀お知らせ



令和2年9月1日より、市内バス運転手として徳田 勝美が採用されました。安全運転で頑張ります。



## 給食だより



◎食生活改善普及運動月間

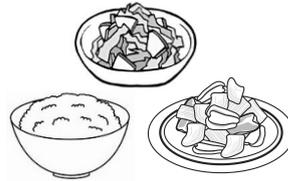
スマート・ライフ・プロジェクトのスローガンである「健康寿命をのばそう!」のもと

「おいしく減塩 1 日マイナス 2g」

「毎日プラス 1 皿の野菜」

「毎日の暮らしに with ミルク」

「おうちご飯にバランスプラス」



という 4 つの取組を強化する運動月間です。バランスよく栄養を取るために、一回の食事で基本的なご飯、お肉（お魚）、野菜が摂れるように心がけてみましょう。

【スマートライフプロジェクトとは】

国民全体が人生の最後まで元気に健康で楽しく毎日が送れることを目標とした厚生労働省の国民運動

◎9月の新メニュー紹介

### 【鶏肉のマヨ絡め】

●材料（以上児 3 人分）

鶏もも肉	165g	A	しょうが	3g
片栗粉	9g		しょうゆ	12g
揚げ油	適量		本みりん	12g
じゃがいも	90g		砂糖	9g
にんじん	36g		マヨネーズ	15g
冷凍グリーンピース	9g			

【作り方】

- ① じゃがいもは、さいころ切りにする。
- ② にんじんは、いちょう切りにし、ゆでる。
- ③ グリーンピースをゆでる。
- ④ 油を 180℃に熱し、じゃがいもは素揚げ、鶏もも肉は、片栗粉をまぶしきつね色になるまで揚げる。
- ⑤ 鍋に A を入れ、とろみが出るまで火にかけ、②、④を入れ混ぜ合わせる。
- ⑥ 最後に③を入れさっと合せて盛り付ける。

# 保健だより+

## 9月号

まだまだ残暑が厳しいですが、暑さやコロナ対策に励んでいると思います。  
今年にはコロナの関係で？例年より風邪をひいて病院を訪れる患者さんが少なかったようです。(マスク・手洗いに力を入れていたおかげでしょうか！)

まだしばらくはマスク着用が必要になってくると思いますが、肌荒れは起こしていませんか？

この時期、ただでさえ暑いのにマスクの着用で異常に汗をかいて汗疹(あせも)がみられることがあります。

放置したままだと、発疹の範囲も広がります。夏はとびひ！  
が起きやすい時期でもありますよね。

引っかき傷からマスクを外した時点で早めに汗を拭き  
出来れば洗顔をお勧めします。そして・・・マスクを外すと水分が  
一気に蒸発して肌の水分を奪うため肌が乾燥に傾きます。  
外した時に突っ張り感やヒリヒリ感があるのはそのためです。  
肌が乾燥すると表面のバリア機能が低下し、細菌やウイルスの侵入が  
容易になります。  
なので、洗顔後の保湿も必要です！

★患部を掻きむしると症状が悪化するのでむやみに掻かないようにして早めに病院受診しましょう。

(汗が目に入り結膜炎を起こす場合もあります。)

※マスクによる熱中症にも気をつけて  
夏を乗り越えましょう！

