

## ☆はじめに☆

朝晩の風も爽やかになり、体を動かすのに適した季節となります。私が子どもの頃は、外で缶蹴りやボール遊び、時々室内遊びでしたが、家族構成の変化や屋外遊び場の減少などによりゲームなど室内遊びが増えてきました。子どもの成長に大切な、体を動かす、遊びの中で子ども同士が関わりあう、様々な遊びを伝承する、全身を使って遊ぶなど、戸外活動を積極的に行いましょう。

## ☆食欲の秋☆

秋は農作物や海産物も多く取れる時期です。気候も過ごしやすくなり、夏場に落ちた食欲が増進します。本能として冬眠前に栄養を蓄えるとも言われます。

旬の食材は美味しいだけではなく栄養豊富です。旬の食材を意識して買い物してみてください。食べ過ぎを防ぐためには、低カロリーで食物繊維を含む野菜やキノコ、海藻類を先に食べると満腹感が得られます。

## ☆読書の秋☆

秋の気候が読書に適しているからと言われています。夏目漱石の小説「三四郎」で、「読書をするのに最適だ」と取り上げたからとも言われています。家族で読書にふけるのもいいですね。

## ☆芸術の秋☆

読書の秋と同じく、集中して物事に取り組める季節だからと言われています。色とりどりの景色を写生したりカメラに収めたりと、「行楽の秋」とも密接ですね。

秋は過ごしやすい季節です。是非屋外で多くの経験をしてください。四季がある日本、季節の特徴を実体験することで子どもは大きく成長します。～の秋だからと理由を付けて、初めての経験をしてみてもはどうでしょう。

## ☆達成感と努力☆

保育園では、一人ひとり子ども達の、成長や性格を良く観察し保育をしています。その為画一的に何かをやるという保育ではなく、その子の成長過程に合った保育を目指しています。保育園の子ども達はまだまだ幼く（当たり前ですが）、心も体も未発達です。同じ3歳児、同じ4歳児であっても誕生日の違いや、その子の成長度合い（身体的発達も心の発達も個人差があります）によっても様々な事が違ってきます。そこで、同じ運動をするにでも、運動量や段階は変わってきます。うちの子どもは・・・とは心配なさないで下さい。特に運動面等は、目立つ一つのことかもしれませんが、子ども達には個々の成長段階があります。だから焦らないで見守ってください。

また、運動面とともに子ども達は、心も成長していています。運動でも遊びでも（歌や器楽など）でも何が出来たかということも大切ですが、出来るまでに何をしたのかということが重要です。子ども達も自分たちで努力し、達成した事が大人以上に自信になり、成長していきます。その過程では子ども達も時に「頑張る」という事が必要です（勿論子どもなりにですが）。そしてその努力や、達成感が、大人になったときに本当の原動力として、力を発揮します。子どものときに努力や、達成感を味わっていないと、大人になって急に・・・とは出来ません。子ども達を長い目で見守り、成長の後押しをしてあげましょう。

# 行事予定

- 4（火）運動会全体練習
- 7（金）運動会リハーサル
- 11（火）身体測定（0～2歳児）
- 12（水）身体測定（3～5歳児）
- 15（土）運動会（蒔田小学校）
- 20（木）避難訓練
- 21（金）園外保育（お弁当）
- 26（水）誕生会
- 28（金）クッキング（2～5歳児）
- 31（月）ハロウィンパレード

## ☆職員研修☆

- 3（月）カウンセリングマインド（板倉）
- 27（木）幼保小連携（板倉）

## ☆運動会☆

子どもの大好きな運動会が迫ってきました。活動を通して自信がみなぎっています。運動会当日に子どもたちが力を発揮できるように、体調管理などご協力お願いします。保護者の皆さんが参加される競技もありますので、子どもに戻った気持ちで楽しんで頂ければ幸いです。

## ☆保育参加☆

保育参加・給食試食にご参加いただきありがとうございます。ご家庭とは違った子どもたちの活動はいかがでしたか。保育園で友だちと活動している姿は思っている以上に成長を感じられたと思います。これからも子どもの成長を見られる機会を作りますのでお楽しみに。