



園だより 9月号

一般財団法人 こども財団

リーゴ京命保育園

園長 菅野 里美



まだまだ、残暑が厳しいですが、毎日楽しんでいたプール遊びも終了し、水遊びやどろんこ遊びへ移行し、楽しんでいます♪どろんこ遊びが苦手だった子が感触を楽しめるようになったり、楽しんでいた子はさらにダイナミックに遊ぶようになったりと、子どもたちの姿がどんどん、変化しています♪まだまだ暑い日が続いていますが、朝や夕方になるとコオロギなどの鳴き声が聞こえるようになり、秋の訪れを感じられるようになってきましたね。熱中症に気を配りながら、楽しんでいこうと思っています。

☆今月の予定☆



- 1日(火) 避難訓練
- 4日(金) 救急対応訓練
- 11、12日(金・土) お泊り保育(らんぐみ)
- 14日(月) ウォーレン先生
- 15日(火) サッカー運動教室(らんぐみ)
- 16日(水) 健康診断
- 18日(金) 年長児プロジェクト(らんぐみ)
- 28日(月) ウォーレン先生

♪今月の絵本♪



おつきさまがキレイな
夜空に読みたくなる
絵本です♪おつきさまが
コロコロと表情を変える
姿がとってもかわいい
です♪



子どもたちが大好きな
“おなら”の絵本です。
リズムカルな言葉が
楽しくいろいろな読み方
で楽しめます♪

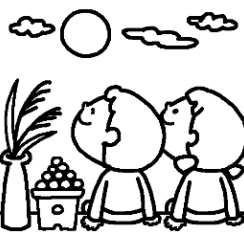
♪リーゴで大切にしている事♪

◎トイレトレーニングについて◎

リーゴではトイレトレーニングを園発信では行っておりません。2歳～3歳くらいになると、“オムツ外し”が心配になるかと思います。リーゴでは第一に家庭と同じように進めることを大切にしています。始める目安は膀胱の機能が成長し、おしっこの間隔が2時間以上ためられるようになり、『出た』『出る』の意思表示ができる頃から始めるのが良いので、個人差があります。○○クラスになったらトイレトレーニングを始めるとは決めていません。子ども自身のやる気を待つことで、あっという間に外れてしまうケースがほとんどですので、ご家庭とお子様ができる気になったタイミングでご相談いただければ保育園も一緒に進めさせていただきますね。



今年の“お月見”は9/25(金)です。
十五夜は一年の中で一番きれいなお月様。
そんなお月見を眺めながら、秋の収穫を
祝い感謝する日と言われています。たくさんの
食べものが食べられることへの『ありがとう』の



気持ちと、これからも
美味しい食べ物が
食べられますように…
という“願い”を込めて
伝統的な季節の行事を
ご家族で経験してみたい
いかがでしょうか♪♪

食育だより

9月号

？保護者の方からご質問を頂きました？

『先生から、給食をよく食べてます』とよく教えてもらえますが、家ではなかなか食べてくれません。給食が美味しいからですよね？

給食を作っている時の工夫を少しお伝えします。



① 食材の大きさはとても意識しています。

目安は、こども用スプーンにのる大きさです。

大きすぎると、口に入れにくい。自分でうまく食べられない・・・と食事がストレスになりごはんを食べなくなります。

② 薄味だけではない、味付けのコツ。

こどもの食事は、基本薄味がいいと言われています。

それは、正しいのですが味が薄すぎても美味しくない、美味しくなければ食べたくありません。私が意識しているのは大人が食べてギリギリ美味しいと感じる濃さです。

「ちょっと薄いかな？」と大人が感じるギリギリのラインが、こどもにはちょうどいいのです。

③ こどもたちが苦手な野菜は、しっかり火を入れて食感をなくす。

野菜のじょりじょりした食感はいこどもたちには苦手なようです。しっかり火を入れています。トマトは湯むきをして皮をむいています。

保育園では、食器も「食」の大切な一部だと考え、あえて陶磁器の食器を使用しています。陶磁器は給食のぬくもりや温かさを実感し、大切に扱わないと壊れてしまうことを知ります。スプーンや箸は、成長段階に合わせて使用しています。

1番の美味しいスパイスは、お友達・先生・お父さん・お母さんとお話しながら食べる食事だと思います。



こどもたちに人気のメニューを紹介します。

【ココアういろ 5人分】

材料：上新粉：130g 純ココア6g 砂糖：50g 水200g

- ① 材料をボールに全部入れて水を調整しながら入れる。
- ② ①をバットに流し込む。なるべく平らに広げる。
- ③ 蒸し器で20分蒸す。スチーム機能があるオーブンでしたら100℃20分で蒸す。
- ④ ③を冷やし冷めたら食べやすい大きさに切る。