



# えんだより

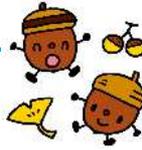
子ども未来局  
保育・子育て推進部

菅生保育園

令和7年 10月

朝夕、涼しくなり過ごしやすくなってきました。幼児クラスの子どもたちは、すがっこパークを楽しみにしています。乳児クラスの子どもたちも一緒に身体を動かしたりして興味津々です。戸外遊びが気持ちの良い季節、青空の下、身体をたくさん動かして元気に遊んでいきたいですね。

## 行事予定



- 1日(水) 伝言ダイヤル、防災引き取り訓練  
ぴかぴかぐっと! すがっこパーク練習  
(ぱんだ組)
- 7日(火) ぴかぴかぐっと! すがっこパーク練習  
(ぞう、らいおん組)  
園医健診(ひよこ、うさぎ組、こあら組 1歳児)
- 8日(水) ぴかぴかぐっと! すがっこパーク練習  
(ぱんだ組)
- 11日(土) ぴかぴかぐっと! すがっこパーク  
(ぱんだ、ぞう、らいおん組)  
雨天時 18日(土)
- 28日(火) らいおん組遠足



- \*身体測定は月初めに行います。
- \*防災訓練は予告なしで行います。
- \*災害伝言ダイヤル 1日(水) 15日(水)です。

## 地域の行事予定

- 1日(水)、15日(水) 親子でランチ
- 22日(水) あそびの広場
- 25日(土) 宮前区子育てフェスタ

\*宮前区子育てフェスタは乳幼児親子への情報発信と交流を行う会で、宮前市民館で行われます。楽しい遊びも体験できますので、ぜひ、遊びに行ってみてください。

「宮前区保育所等・認定こども園 作品展」らいおん組の作品がホームページに掲載されます。10月1日(水)~10月7日(火)です。

## 【お知らせ】

今月より、えんだより等、おたよりやお知らせに「ルビ」はふりません。ご了承ください

## うさぎ組の保育から…

4月はそれぞれが好きな遊びを自由にしていたうさぎ組の子どもたちも、半年が過ぎ、友だちに興味を持ち、関わりながら遊ぶことも増えてきました。

一人の子がマルチパーツを台にして「きらきらぼし」を歌いだすと、真似をしてもう一人の子もマルチパーツを持ってきて台にして一緒に歌いだしました。一曲たどどしくも歌い上げると、2人でっこり笑いあっていました。それを見て楽しそうに見えたのか、仲間に入りたくて近づいてきて興味津々にじっと見つめる子、自分もと言わんばかりに大きい声を張り上げる子と、成長によってそれぞれが「きらきらぼし」を楽しんでいました。

幼児さんになったら、みんなで歌うのかな・・・と、大きくなった子どもたちの姿を想像してほっこりする担任です。

## 園長コラム

これだけ暑い日が続いても、日が落ちるのは早くなり朝夕は冷え、季節はすすんでいるのを感じます。

入園、進級から6ヶ月がたちました。

園庭で遊んでいる乳児さん、夢中になって砂遊びをしていました。ふっと顔をあげ園庭遠くの担任を見つけました。タタタッと早歩きで担任に駆け寄り、担任の足元にキューとしがみついてお互いに顔を合わせてにっこりと笑顔。「せんせいだいすき」という心の声があふれていました。担任を心から信頼しているなど感じる場面でした。

幼児クラスでは担任が今日の活動のお話を始めるとみんな目がキラリ。子ども達はおもしろいことをしてくれる、私たちのことをわかってくれる先生のお話しなのでしっかりと聞く姿勢があります。こちら子ども達と担任の信頼関係がしっかりとできている姿だと思います。

この半年で子ども達はぐんと成長をしています。安心して信頼ができる環境の中でこそ心と体の成長は育まれていくのだと思います。ゆっくり1歩づつ成長する子、行きつ戻りつで成長する子、急に成長する子、それぞれの成長のペースに合わせて後半の子ども達を支えていきたいと思ひます。

# 10月のほけんだより

ようやく過ごしやすい日になってきました。お庭で遊べる日も増えそうです。食欲の秋、運動の秋、健康の源をたくさん蓄えていきましょう。

## 9月の感染症情報

- 溶連菌感染症
- 突発性発疹
- 手足口病
- みずぼうそう（水痘）
- 感染性胃腸炎
- りんご病（伝染性紅斑）



## 手洗いは感染対策の基本です！

では、自分で手が洗えない赤ちゃんはどうすれば良いのでしょうか？

赤ちゃんは自らいろいろな場所には行けないため、大人からうつることがほとんどです。そのため、赤ちゃんに接する大人が手洗いをして感染対策しましょう。食事前には手を拭いてあげてください。介助、または自分で手を洗えるお子さんは手洗いをしましょう。

外出時等で手洗いが難しい場合は、ウェットティッシュ等で拭いてあげてください。しかし、胃腸炎のウイルスにはアルコール除菌が効きにくいものがあるので、やはり石けんと流水での手洗いが一番良い方法です。



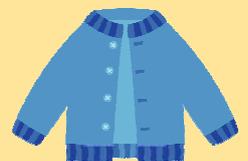
## 半そで、長そで、重ね着、何を着せれば よゆ迷うときは？

いつもより暑い、涼しい等、保護者の方の感覚も大切です。また、周囲の環境はどうでしょうか？ベビーカーの中と、外で歩いたり走ったりするのとでは違ってきます。

例えばベビーカーの中では背中に指を入れて汗をかいているか確かめてみてください。さらさらしていれば問題ありません。べたつきがあれば、1枚脱がせてあげる等の対応をしてあげてください。

外で遊べるようになったら、大人より1枚少ない目を目安に調節してあげてください。

自分で着替えられるようになったら、襟元が広く開き、多少ゆとりがあるものがおすすです。



## ～保健行事予定～

10月7日（火）園医健診

14時ころ～

対象：ひよこ組、うさぎ組、こあら組の1歳児

# 10がつ きゅうしょくだより

令和7年10月 菅生保育園



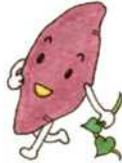
## 旬の食材と献立



### ●さつま芋

さつま芋はビタミンCやビタミンE、カリウム、食物繊維など様々な栄養素が含まれている食材です。

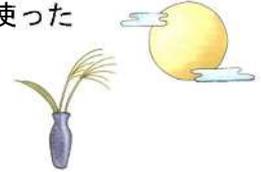
低温でじっくり加熱することで、さつま芋に含まれているでんぷんが分解され、甘味が増します。今月はオーブンでじっくり火を通した「焼き芋」として登場します。



## 献立の紹介



●10月6日の十五夜は「芋名月」とも呼ばれます。それにちなみ、さつま芋を使った「お月見ドーナツ」をおやつに取り入れました。



●みんな美味しい！郷土の味レシコンテスト【市制100周年記念事業】おやつ部門にてアイデア賞を受賞した「さつま芋のくずもち風」を献立に取り入れました。

## 秋においしいきのこの仲間

ようやく気温も少し下がってきて、食欲の秋がやってきます。秋にはおいしい味覚がたくさん！給食にもいろいろな旬の食材が登場します。10月の給食では、5種類のきのこが登場します。

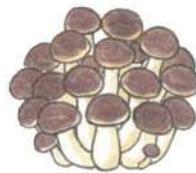
### きのこの名前

・10月の献立で登場するメニュー



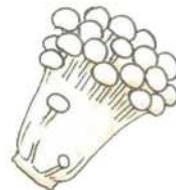
#### しいたけ

- ・グラタン
- ・煮物
- ・麻婆豆腐



#### しめじ

- ・スパゲティ



#### えのきたけ

- ・スパゲティ
- ・味噌汁



#### エリンギ

- ・卵焼き



#### なめこ

- ・味噌汁

### きのこに含まれる栄養素

食物繊維・・・腸内環境を整える、血中のコレステロール値を下げる、血糖値が急激に上がるのを防ぐ等  
ビタミンD・・・歯や骨の成長を助ける  
ビタミンB2・・・毛髪や皮膚を作るのを助ける  
カリウム・・・塩分を排泄して血圧を下げる  
など…  
他に、うまみ成分グルタミン酸やグアニル酸もたっぷり！

### おすすめの調理法

うまみ成分たっぷりなので、炊き込みごはんにしたり、汁物に入れるだけで、だしが出ておいしいです♪  
きのこは包丁で切らず、手でさいて使うのがおすすめ。さけた断面はでこぼこしているので味付けが染み込みやすいです。また、繊維が残るので食感がよくなります。反対に、きのこの食感が苦手なお子さん、まだ噛むのが得意でないおさんは繊維を断ち切ると食べやすいです。