

しん こう かい

真光会だより

2022年10月
第31号

発行責任者
社会福祉法人真光会
理事長 佐々木鴻文

高木保育園 今町保育園 天竜保育園 梅北保育園

秋本番！スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋等を存分に楽しみたいものです。

新型コロナウイルス感染症第7波は、ようやく収まってきましたが、県内で既にインフルエンザの集団発生が報告されています。感染予防対策は継続した方が良さそうです。

今回は、親子での散歩の楽しみ方や食に関する情報をお知らせします。



過ごしやすい季節になりました。子どもさんと一緒に散歩して、自然を楽しんでみてください。

◇散歩の楽しみ方◇

子どもさんの行きたいほうへ！

～自由なお散歩の中でこそ得られ成長～
お散歩に出かけた時、「この子は何を見ているのかな」「どんなことを考えているのかな」と子どもさんの様子を見てみましょう。足元の石を見つめ、道端の雑草に手を伸ばし、街路樹の周囲を回り、来た道を戻り…大人主導ではなく過ごしてみると、ゆったりとした時間の中に新しい発見があるものです。

どんな発見をするのか、子どもさんについていきましょう。

歩くだけで、こんなに楽しい！

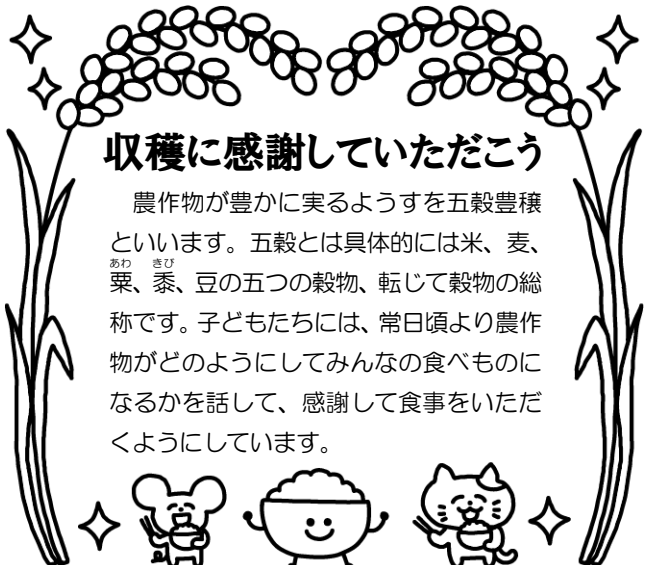
自分の影、お母さんの影、いろいろな大きさがあって時間帯によって違って…影はさまざまな気付きをもたらしてくれます。



柵や塀、木の間から何かを『のぞく』のもお散歩ならではの楽しみのひとつ。

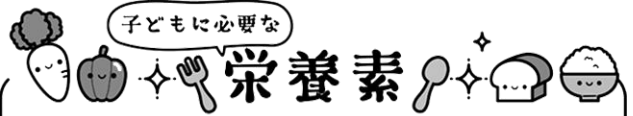


雨の日だって、長靴を履いてお散歩できれば、それだけで特別な日。水たまりを思いっきり踏む楽しさ、大人にも見覚えがありますよね。



収穫に感謝していただく

農作物が豊かに実るようすを五穀豊穡といいますが。五穀とは具体的には米、麦、粟、黍、豆の五つの穀物、転じて穀物の総称です。子どもたちには、常日頃より農作物がどのようにしてみんなの食べものになるかを話して、感謝して食事をいただくようにしています。



子どもに必要な

栄養素

ビタミンC

からだの中でさまざまな働きをするビタミンCは、植物性の鉄の吸収率を高めたり、皮膚などのコラーゲンの合成を助けます。ビタミンCは熱に弱いので、ミカンなどの柑橘類などでとったり様々な野菜の組み合わせからとれるといいでしょう。ジャガイモのビタミンCは熱にも強いのでおすすめです。



毎月、第2火曜日は園開放となっております。未就園の子どもさんがいらっしゃるご家庭が対象です。保育園と一緒に遊びませんか？お待ちしております。

今町保育園からのお知らせ



先日、久しぶりに遊歩道へ散歩に出掛けました。いつの間にか景色も夏から秋へと変わり、色鮮やかなコスモスに園児さん達も見惚れながらの散歩となりました。これからも今町の自然の中での秋探しを楽しみたいと思います。

育児相談を受け付けております

困った事や聞いてほしい事などありましたら、遠慮なく下記の相談先にご連絡ください。(開所時間内)
相談先：今町保育園 39-2102