

9月の園だより

社会福祉法人みのり福祉会西倉吉保育園

防災の日

9月1日は防災の日です。台風や大雨など予想を超えた災害が起っています。普段から避難の方法や連絡手段について話したり、防災グッズの準備や点検もしておきましょう。

くらしのめあて

*元気いっぱい体をうごかしてあそびましょう

食育のめあて

*正しい姿勢で食事をしましょう

9月

今月のうた ♪うんどうかいのうた♪

きょうは たのしい みんなのうんどうかい

ちからいっぱい はりきってがんばろう

かっても まけても にこにこがんばろう

2014年8月29日発行
発行責任者
園長 村田奈津子
担当 杉本知世
中江ゆかり

残暑の厳しい毎日、まだまだお日様は元気いっぱいです。少しずつですが朝夕は涼しくなり、秋の気配も感じられるようになりました。暑かった夏の疲れから体調を崩すこともありますので、早寝・早起き・朝ごはんに心がけて生活リズムを整えながら、元気に過ごしていきたいですね。

秋季親子大運動会について

<日 時>平成26年9月27日(土) 午前9時開始

<場 所>西倉吉保育園園庭 ※雨天の場合は小鴨小学校体育館

<テーマ>『パワーぜんかい!』

マーチングやかけっこ、親子競技、サーキットや組体操など子どもたちの元気なパワーに負けないようみなさんも運動会を楽しみましょう。

運動会練習も始まっていますので9時までの登園にご協力ください。まだまだ暑い日が続きますので引き続き水筒にお茶を入れて持ってきてください。(帰られる時には、忘れずに持ち帰りましょう。)

汗をかいた日には、シャワーをしますので、プールバックにタオルを入れて持ってきてください。なお、体調が悪くてシャワーをされない時は、必ず担任までお伝えください。

な♡つ♡コ♡ラ♡ム

皆さんは、ストレスを感じる事ってありますか。子育て真っ最中の皆さんは、多分いろんなストレスと戦っていらっしゃると思います。先月参加した研修会の中で、ストレスに関するお話を聞きましたので、紹介したいと思います。

ストレスというのは、元々は物理学の分野の言葉で、物体のゆがみを示す物理学用語なのだそう。その言葉が、今や、現代人の持つゆがみの代名詞になっているんですね。

ストレス対処法のことを「ストレスコーピング」というのですが、その鉄則は、『自分と他者を傷つけない』ということ。自分を含め、誰かを傷つけるようでは、本当のストレスコーピングにならないということですね。

やりすぎではいけないコーピングは「飲酒」「喫煙」「食べる」「買い物」「ギャンブル」。最近では「ゲーム」「インターネット」。私にはいくつか当てはまるものがありました。やりすぎでない範囲だと自分では思っていますが・・・。皆さんはいかがでしょう。

では、お勧めのコーピングは、「泣く」(ドラマ観てもすぐ泣きます・・・涙を流すと免疫力が上がるそうです)「笑う」(子どもたちのおもしろ発言に毎日笑わせていただいています)「歌う」(しょっちゅう歌ってます)「体を動かす」(しなやかにしなやかに思いつつ・・・)「誰かに話す」(友だちに愚痴ります)。そこそこのコーピングができていかなと私自身は思いましたが、皆さんはどうですか。

よく「ストレス解消」という言葉を使いますが、ここでは「ストレス対処」という言葉になっているのに気付かれませんか。ストレスは、0になってしまってもいけないそうですよ。「ストレスは人生のスパイス」うまくつきあっていくのがよいそうです。とはいってもストレスが溜まるとしんどいですよね。爆発する前に自分なりのいい対処法を見つけて実践していきましょうか。

記 えんちょう むらたなつこ

なつのおもいで



<くちゅうりっぶ組>
水遊び・泥んこ遊び楽しかったよ!
大きいプールでワニ歩きも頑張りました。



<くもも組>
プール大好き!
友だちといっぱい水遊びをしたよ。



<すみれ組>
菜園活動の水やりや草取りをしました。
今年は野菜がたくさん採れました。



<たんぼぼ組>
「ポップコーンできた!」自分たちでクッキングが出来るようになりました。



<さくら組>
横山コーチのプール指導でけのびやバタ足を教えてもらい挑戦しました。
菜園活動で採れたきゅうりやナスをクッキングしました。

奉仕作業について

運動会前に、奉仕作業を予定しています。きれいな環境で運動会を迎えるため園庭の整備等をおこないますのでご協力ください。(対象は第1回の奉仕作業に出られていない方です。)

<日時>平成26年9月19日(金)17:00~18:00

※詳細は配布文書でご確認ください。

9月の行事予定

1	月	集会・交通安全指導	
2	火	オープンデー(ベビーマッサージ)	
3	水		
4	木	ちゃれきんぐ・英語教室	
5	金	食育の日・布団持ち帰り日	
6	土		
7	日		
8	月		
9	火		
10	水	英語教室・誕生会	
11	木	災害訓練(台風)	
12	金	布団持ち帰り日・第4回役員会・運動会実行委員会 スターガーデン敬老会(さくら組)	
13	土		
14	日		
15	月	敬老の日	
16	火	オープンデー	身体測定
17	水	英語教室	
18	木	ちゃれきんぐ	
19	金	布団持ち帰り日・第2回奉仕作業	
20	土		
21	日	小鴨地区運動会	
22	月	運動会リハーサル	
23	火	秋分の日	
24	水	運動会リハーサル	
25	木	英語教室	
26	金	運動会リハーサル・布団持ち帰り日・運動会準備	
27	土	秋季親子大運動会	
28	日		
29	月	お茶会	
30	火	交通安全パレード・園だより、献立表発行	

<10月の行事予定>

- 1日(水)赤い羽根共同募金開始
- 14日(火)衣替え(6日~移行期間)
- 14日(火)~個人懇談
- 17日(金)全日本古希軟式野球大会
開会式アトラクション発表
- 19日(日)理事長杯球技大会
- 31日(金)ハロウィン

倉吉打吹まつり飛天 WASSO について・・・8月2日の飛天 WASSO に総勢80名の参加がありました。法被姿のかっこいい男の子、浴衣姿のかわいい女の子、そしておめかしして盛り上がったお母さん、おばあちゃん、職員。お父さん方もかわいいおみこしや旗隊で参加いただきました。今年は、3位に入賞子どもたちと一緒に暑い夏の思い出が出来ました。ご参加いただいたみなさんお疲れ様でした。そして沿道でたくさんのご声援ありがとうございました。来年もみなさんと盛り上がり優勝めざして頑張りますね。

