

# ななくにだより



## 【園長コラム】『子の心親知らず』

暦は秋。天気は毎日くると変わり、服装や過ごし方も右往左往させられて、気ぜわしい日々です。

保育園はいよいよ運動会が近づき、練習にも熱が入るようになってきました。最も大切にしたいのは子ども達が心から「楽しい」と感じることで、大人の願望を押し付けることが無いよう、気をつけながら練習をしていただいております。

「親の心子知らず」ということわざは有名ですが、その逆の「子の心親知らず」ということわざもあることをご存知でしょうか。恥ずかしながら私は、ふと思いついてネットで検索して発見するまで、知りませんでした。

「子の心親知らず」の意味は「子供は親が思っているよりも、日々成長しており、子供は子供なりに様々なことを考えている。それでも親はいつまでも子供扱いをしたり、子供の成長を理解していない場合などに用いる。」だそうです。

園児の皆さんを観察していると毎日が成長の連続である、と気付かされます。ところが、我が子にはつつい、子どものことは誰よりも親である自分が理解している、と考えてしまい、せっかくの気付きを台無しにしていたりします。

「子の心親知らず」という言葉を繰り返し思い出しながら、あえてそのように「観る」習慣を身に着けなければいけないと、襟を正したいと思います。

園長 橋本貴志



## 10月の行事予定

- 7日(土) 運動会 9時(会場:今井総合運動広場)  
(雨天時:今井小学校体育館)
- 17日(火) 落語であそぼ 絵本であそぼ(育児講座)
- 19日(水) いもほり(予備日:20日(金))
- 26日(木) 誕生会 9:30~



## ■ 育児講座 ■

『落語であそぼ 絵本であそぼ』のご案内

日時: 10月17日(火) 9:30~11:00

講師: 入船亭扇里氏・きたがわめぐみ氏

会場: 園ホール

対象: 地域の乳幼児のお子さまと保護者

★きたがわめぐみ氏と落語家の入船亭扇里氏をお招きして、落語と絵本の世界を楽しみます。

★お知り合いの方にもお知らせ下さい。お待ちしております!

## 11月の行事予定

\*16日(木) 誕生会



## 今井保育園 栄養士より ワンポイントコーナー

### 🐟🐟🐟 魚の良い所を見直してみましょう!! 🐟🐟🐟

日本は四方を海に囲まれていることから、昔からよく魚が食べられてきました。しかし、最近では魚の消費量がだんだんと少なくなっています。魚のおいしさや栄養豊富など、今一度魚のよいところを見直し、積極的に食卓に取り入れてみましょう。



#### <たんぱく質>

魚には体を作るもとになる質の良いたんぱく質が豊富に含まれています。

成長期の子供に是非食べてもらいたい食べ物の一つです。

#### <DHA・EPA>

魚に含まれる油の一種です。DHAは神経系の発達を促し、学習能力を高めます。

EPAは血液をサラサラにしてくれるといわれています。

#### <魚は和風・洋風などのいろいろな料理に!!>

魚は調理の仕方や味付けによって、さまざまな料理にすることができます。

例えば、刺身や塩焼き、照り焼き、煮魚、天ぷらやフライ、ムニエル、南蛮漬のほか、鍋やシチューなどに入れることもできます。魚を使ったいろいろな料理を食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか。

#### 《 今が旬 さつま芋 》

さつま芋は寒さに弱いので新聞紙などに包んで冷暗所に置いておくとういでしょう。冷蔵したりポリ袋などで密閉したりすると傷みやすくなりますよ。



## 10月7日の運動会、遊びに来てね!

★おみやげひろい(未就学児の種目・午前)にご参加できます!

※雨天の場合は、会場は今井小学校体育館です。プログラム変更となりますので、おみやげひろいの種目は行われませんが、運動会には自由参加できますので、ぜひお越しください。(詳細については保育園にまでお問い合わせください。)

## 絵本・紙芝居の貸し出し利用について

### ★ 図書コーナーより 新刊本のお知らせ ★

本の読み聞かせはお子さまの感性を豊かに育みます。どうぞご利用下さい。

- ★場所 園ホール後方
- ★貸出し期間 2泊3日
- (貸し出し期間をお守り下さい。)
- ★貸出しノートに記入して下さい。

- 『ポッタとポッティ』
- 『日本の昔話 したきりすずめ』
- 『こどもの行事 しぜんと生活 11月のまき』
- 『こどもの行事 しぜんと生活 12月のまき』
- 『ノラネコぐんだん おすしやさん』

## ・・・ つくってみませんか!!今井保育園 給食メニューレシピ ・・・

### ★ ピザトースト ★

<材料> (3歳以上児一人分)

- ・食パン6枚切り 耳あり 1/4枚 ・玉葱 6g ・塩 適量 ・ピーマン2g
- ・ハム 4g ケチャップ 2.5g ・バター 1g ・ピザ用チーズ 8g

- ① 食パンにバターとケチャップを塗る。
  - ② 玉葱を半分に切り、薄くスライスする。
  - ③ ②の玉葱に塩を加え、しんなりしたら水分を絞る。
  - ④ ピーマンとハムは千切りにする。
  - ⑤ ①の食パンに③と④の具をのせて、ピザ用チーズをのせる。
  - ⑥ 200℃に予熱したオーブンで5~10分焼き、チーズがとろけたら出来上がり。⑦
- ※ ご家庭では、トースターでも大丈夫です。

## 今井保育園 子育てひろば

### 『ななくに』

【利用日】(予約なし)

月~金曜日の毎日(祝日を除く)

【時間】 9:00~11:00

14:30~15:30

【会場】保育園の園庭・保育室

【対象】乳幼児と保護者

★育児相談も随時受けております。

【お問い合わせ】今井保育園

電話:0428(31)5856

FAX:0428(31)6665

