



# 園長だより

(61号)

園長 大串 すみゑ

## 【 秋を満喫しよう！ 】



栗島幼稚園に 秋の贈り物が届き始めました。  
キンモクセイのふくよかな香が園全体を包んでいます。

また、何種類かのどんぐりがパラパラと庭に落ちてきて、豊かな秋が始まりました。

さて、スポーツの秋です。幼稚園では、28日(月)に運動会のリハーサルを行いました。長雨の影響を受け、練習もままなりませんでしたが、暑さにも、砂の痛さにも負けずに精一杯努力をしました。朝早くから、応援にきて下さった保護者の皆様、有り難うございました。10月3日(土)の本番には、もっとバージョンアップした姿を見て頂ける事と思いますので、温かい応援をお願い致します。年長組は、その後リトミック参観もありますので、お楽しみにして下さい。

そして、秋といえば、食欲の秋です。9月11日(金)、東和保健総合センターより、栄養士さんが来て下さり、年長組に食育の話をして下さいました。赤・黄・緑の食品群とその働きを、パネルシアターを使い解りやすく説明して下さい、最後に千切りとピュウラーで薄く切ったニンジンやキュウリの食べ比べをしました。切り方によって味に違いがあることを園児は実感し、「お家に帰って話をしよう」と答えていました。保護者の方より、野菜に対する意識付けが出来たと言うような内容のアンケートの回答を沢山頂き大変嬉しく思いました。ご協力有り難うございました。

2月には年少組保護者向けの栄養教室を計画しています。楽しみにして下さい。

- ① 大豆・小豆などの豆類 (タンパク質、マグネシウム)
- ② ゴマ・ナッツ・クルミ・アーモンド (不飽和脂肪酸、ビタミンE)
- ③ わかめ・こんぶ・のり (カルシウム)
- ④ 野菜・根菜 (ベータカロチン、ビタミンC)
- ⑤ 魚 (タンパク質、オメガ3脂肪、亜鉛)
- ⑥ しいたけ・しめじ等のきのこ類 (多糖類、食物繊維)
- ⑦ じゃがいも・さつまいも等のイモ類 (食物繊維、炭水化物)



### 【先生の報告書より】(年長組)

・食育の話を聞いて、野菜や食べるものに興味が出たようです。お家に帰ってお母さんに話すのを楽しみにしていました。お弁当を食べながら、いつもは残す野菜も「身体が元気になる～」なんて言いながら食べていました。

