



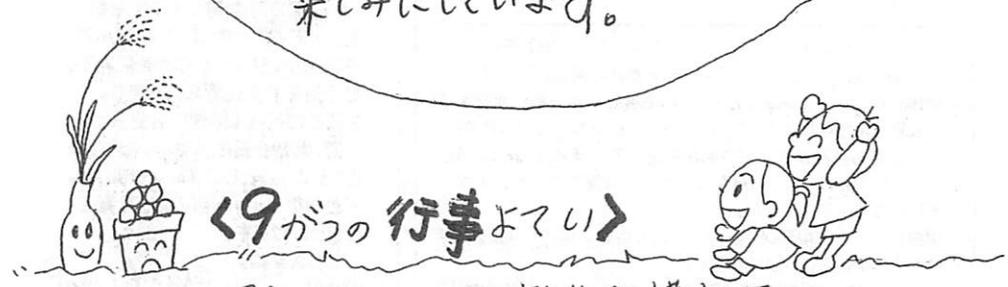
# Sun Sun だより



H25. 9月号

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1	2 防災集会	3 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込み不要です。	4 園庭 開放日 事前申し込み不要です。 雨天時は中止となります。	5 園庭 開放日 事前申し込み不要です。 雨天時は中止となります。	6 にこにこ クラブ 2歳児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	7
8	9 ひよひよ ひろば 0歳児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	10 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込み不要です。	11 わくわく クラブ 1歳児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	12 準備でお休み	13 敬老の日で お休み	14
15	16	17 ベビマ 講座 0歳児対象 事前予約が必要です。	18 青空ひろば	19 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込み不要です。	20 SUNSUN ひろば ホール開放 事前申し込み不要です。	21
22	23	24 おおきく なったかな? 0・1歳児対象の身体測定 保健師による健康診断も	25 わくわく クラブ 1歳児対象のサークル活動 事前登録が必要です。	26 ひよひよ ひろば 0歳児対象のホール開放 事前申し込み不要です。	27 誕生日会 事前にお申し込みください	28
29	30 ひよひよ ひろば 0歳児対象のホール開放 事前申し込み不要です。 赤ちゃん講座 (保健)					
<p><b>太陽の子保育園</b>  <b>子育て支援センター</b>  <b>2013年9月予定</b></p> 						

日中はまだまだ暑いですが  
 残暑の中にも 過ごしやすくなるように  
 秋の気配が感じられるようになりました。  
 園庭のプール水面に 赤とんぼが 飛び交い  
 夏の終わりを告げているようです。  
 9月は季節の変わり目 十分に睡眠をとり健康に  
 気を付けてあげてくださいね。  
 子育て「プール開放」を終えて  
 8月は保育園プールで楽しい水遊びが繰り広げられ  
 ました。たくさんのエネルギーが蓄えられ 成長の  
 原動力になったことと思います。  
 また来年もみんなで遊べる日を  
 楽しみにしています。



## <9がつの行事よてい>

- 4日、5日 園庭開放日
- 9日 離乳食講座(要申込)
- 17日、ベビボン講座(要申込)
- 18日、青空ひろば
- 24日、おおきくなったかな
- 27日 誕生日会
- 30日 赤ちゃん講座

# 9月16日はけいさうの日です

今年17日が敬老の日にあたります。敬老の日は多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、また長寿を祝う日です。核家族化が進み、日常の生活では高齢者と一緒に過ごす機会が少なくなりがちです。それでも高齢者との交流で子どもたちは、普段私たちが与えられない、素朴で心温まる話や知恵をもらえます。



またおじいちゃん、おばあちゃんにとっても、子どもたちの純粋な笑顔やお話は、最高の贈り物になっているようです。まずは一番身近で、大好きなおじいちゃん、おばあちゃんに「いつもありがとう。いっぱい長生きしてね」と伝えるのもいいですね。遠方に住んでいて、普段は会えないおじいちゃん、おばあちゃんには電話などでお祝いの気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか。

## 年齢別サークル活動

「お年寄りへの感謝の気持ち」育てたいですね。

今月の年齢別サークル活動では敬老の日を祝い、今年もおじいちゃん・おばあちゃんに手作りのハガキを送りたいと考えています。電話もうれしいですが、形に残り何度眺めても楽しめる便りもうれしいものですね。

園で一人一枚のハガキを用意します。一枚以上送りたい方はご家庭で用意し、活動日にご持参ください。  
(住所・〒・宛名の確認もお忘れなく)



## 毎日決まった時間に朝食を食べよう

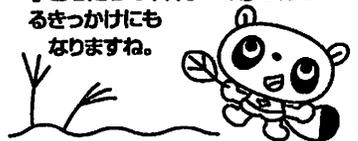
体の発達著しいこの時期、朝食は食べないという習慣がついてしまうと、発達に大きな影響を与えてしまいます。低体温や運動能力、学習能力の低下などに繋がります。



- ・人は24時間周期のリズム(サーカディアンリズム)をもっており、朝食を食べるとリズムがスタートすると目われています。
  - ・朝食を食べないと体温が低く、脳の温度も下がったままです。脳の温度が上がらないと、あくびが出たり眠くなったりします。
  - ・脳は心臓・肝臓からブドウ糖を補給しています。肝臓での蓄えは12時間しかなく、朝食を抜くと脳が栄養不足でイライラし、遊びにも集中できません。
  - ・朝食を抜くとホルモン分泌のリズムが乱れ、体内に脂肪がたまりやすい状態になります(肥満)。
- 以上のことから、朝食がどれだけ大切かということがわかります。朝食は午前中の活動のエネルギーです。しっかり食べて脳と体を使いましょう。

## お月見を楽しみましょう

☆ 日本では旧暦の8月15日の夜(新暦の9月中旬～10月上旬)を「十五夜」と呼び、月見だんごやススキ、サトイモなどを供えて、お月見をする風習があります。このころの月を「仲秋の名月」と呼んで、昔から日本人は「いちばんきれいな月」として眺めてきました。子どもたちの「科学の眼」を育てるきっかけにもなりますね。



## おおきくなったかな？

身長・体重を測りにきませんか？

日時：9/24(火) 10:30～11:15

場所：保育園ホール

対象：0・1歳児のお子様

健康についての相談もお気軽に

「病院へ行くほどでもないけど、ちょっと心配…」そんな方のご相談に、当園の花田看護師がやさしく相談に応じます。



## 9月1日は防災の日

親子で防災チェック



- 注意点や必要なモノをチェック  
災害が起きたとき、やるべきことはなにか、またどんな物が必要になるのかを調べておきましょう。子どもと一緒に自宅周辺を散歩しながら、避難場所までのルートも確認しておくといいですね。
- 身の回り、家の周りの危険性を確認しましょう。
- 落下・転倒防止対策を行いましょう。
- 火災防止対策を行いましょう。
- 身の安全対策を行いましょう。
- 家の中の安全チェックを行いましょう。

- 非常袋は子ども用品も忘れずに  
非常用のアイテムをまとめて用意しておけば、もしものときにすぐに避難できたり、ライフラインがストップしてしまったときの備えにもなります。セッ卜で売られている一般的な非常袋には子ども用のアイテムは入っていないので、おむつなど年齢に合わせて必要なモノを用意しておきましょう。



ミルク・哺乳瓶や離乳食・おむつ・おしりふき・子ども用の防災頭巾・子ども用の薬・下巻・洋服・おもちゃなど

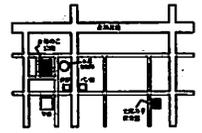
## 青空ひろば

青空の下で一緒に遊びましょう!!

日時：9/18(水) 10:30～11:00

場所：かめのこ公園

※雨天時はホールで実施



皆さんで遊びまきてください

## 赤ちゃん講座 お気軽にどうぞ!!

### 保健講座

### 赤ちゃん事故の防止について

太陽の子保育園の看護師が、ご家庭で起こりやすい赤ちゃんの事故について、その防止策や対応法をお話します。

日時：9/30(月) 10:00～10:30

場所：太陽の子保育園ホール

対象：0歳児の親子の方

参加費：無料

申込み：保育園まで予約のお電話をください



### 楽しい離乳食

日時：9/9(月) 11:15～12:30

人数：各月5組(先着順・初めての方優先)

場所：太陽の子保育園ホール

対象：0歳児の親子の方

参加費：300円(保護者の方の給食代)

持ち物：箸とコップ(大人)

申込み：保育園までお越しください。



### ベビー・マッサージ

日時：9/17(火) 10:00～11:30

対象：生後2カ月～12カ月の親子

募集：毎回10組

会場：太陽の子保育園1階ホール

持ち物：バスタオル1枚・汚れてもいいタオル等・水分補給用の飲み物

服装：普段着でどうぞ

料金：無料(使用するオイルは実費にて販売)

講師：0歳児クラス担当保育士

申込み：保育園まで予約のお電話をください

