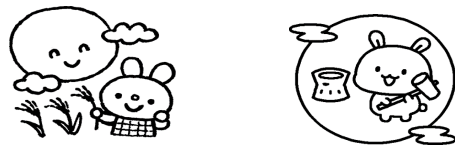




葡萄や梨が美味しい季節となりました。実りの秋のスタートです。まだまだ日中は暑い日が続きますが、体調管理に気をつけながら暑さを乗り切りましょう。

幼保連携型認定こども園
深芝保育園子育て支援センター
令和5年 9月



今月の子育て支援講習会

手形アート「お月見」

足形を使って可愛らしいお月見を作りましょう。

9月の予定

☆園庭開放…月～金曜日

☆支援講習会…27日(水)



防災の日 食品の備蓄を見直しましょう

9月1日は防災の日です。食品の備蓄は、水やレトルトごはん、缶詰、菓子などを用意して、栄養が偏らないように注意しましょう。普段から日常的に利用している食品を多めに購入して、循環させながら備える方法（ローリングストック法）もあります。



月見とはどんな行事でしょうか

月見は十五夜（旧暦の8月15日）と十三夜（旧暦の9月13日）に供えものをして美しい月を眺める行事です。

月見の風習は、中国から伝わり、平安時代には貴族の間で月見の宴が行われるようになりました。江戸時代になると庶民に広まり、豊作祈願や収穫への感謝の意味を込めて、月に供えものをしていたといわれています。



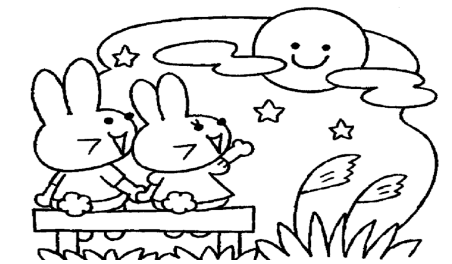
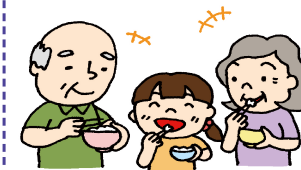
食事のリズムをととのえましょう

朝・昼・夕の3食と間食は毎日できるだけ同じ時間にとるようにしましょう。子どもが空腹や食欲を感じて、それを満たす心地よさを体感し、子ども自身が「おなかがすいた」という感覚を持てるようにすることが大切です。



敬老の日

9月の第3月曜日は敬老の日です。おじいちゃんやおばあちゃんを敬い、一緒に会食をして、みんなで楽しくすごしましょう。



旬の食べ物 ぶどう



ぶどうは秋が旬です。濃い紫色の巨峰や巨峰を品種改良したピオーネ、種なしで小粒のデラウェア、淡い緑色のマスカットなど、さまざまな品種があります。ぶどうは、甘みの成分の1つであるブドウ糖や、水分が多く含まれるので、甘くてみずみずしいのが特徴です。

ぶどうは球形でスルッと口の中に入ってしまうので、窒息事故の危険があります。食べている間は目を離さないようにし、子どもにはよくかむように伝えましょう。

