わくわく・ドキン！

2・10・1 No 8
池内幼稚園

運動会を終えて！

先月は運動会、大変お世話になりました。当日は、朝から小雨が降り足元の悪い中、園児の送迎をお世話になりました。また、急なお願いにも拘わらず、グラウンドの水取もしていただき、重ねてお礼申し上げます。お蔭で、開始時刻は少し遅れましたが、予定通り実施することができました。

子どもたちは、運動会目指して池内小学校のグラウンドで練習をしてきました。特に年長の子どもたちは、猛暑の夏期保育中から何度も池内小学校に足を運び、鼓隊やソーラン節の練習を積み重ねてきました。当日は、保護者の皆様から温かい拍手をいただき、子どもたちにとっても大きな励みになりました。

今年の運動会は、新型コロナウイルスの関係で、種目を精選して午前中開催とさせていただきました。その他、人数制限をしたり観覧席の場所等についても変更させていただいたりしました。特にＰＴＡの本部役員様をはじめ役員の皆様、お手伝いをしていただいた会員の皆様には、雨天の中での前日準備から後片付けまで、大変お世話になりありがとうございました。

今後、運動会アンケートをもとに、これまでの取組を見直して、さらに改善を図っていきたいと考えています。

さて、運動会が終了し次は「**マラソン大会**」です。既にお知らせしておりますように、今年度は新型コロナの関係で学年別に３日間（11/4 年少 /5 年中 /6 年長）に分けて行います。マラソン大会目指して、みんなで楽しく農道を走りたいと思います。応援してください。

秋の楽しい行事！

最近、猛暑の夏からと急に秋へと変わり、秋をゆっくり楽しむ余裕がなくなってきたように感じます。今月は、子ども達が大変楽しみにしている「**秋の遠足**」や「**芋ほり＆焼き芋**」を行います。

〇遠足

年少は今年は「**福知山動物園**」に、年中は「**きのこの森**」に、年長は「**天の橋立**」へ行く予定です。爽やかな秋晴れのもと、思い出に残る遠足になることを願っています。

〇サツマイモ掘り

１０月に、「**芋掘り**」を予定しています。８月の美化作業では猛暑の中、保護者の皆様に草引きをお世話になりました。お蔭で、芋もすくすくと大きく生長しました。大きなイモが沢山獲れることを願っています。収穫した芋で恒例の「**焼き芋**」をします。「おいしい！おいしい！」と言って、芋をほおばる子ども達の顔を思い浮かべて芋を焼きたいと思います。

１０月の主な行事予定をお知らせします。
遠足は、天候により変更する場合があります！

10/1（木） 入園願書配布開始
2（金） **年長遠足（天の橋立）**
9（金） コロコロ広場（未就園児事業）
内科検診 13:30
12（月） **年少遠足（福知山動物園）**
13（火） 歯科検診 13:00
16（金） **年中遠足（きのこの森）**
21（水） 午前保育（職員研修） 早延長あり
22（木） １０月誕生会 10:30
23（金） 令和３年度
入園説明会・保育公開

新型コロナウイルス対策で延期になった内科検診・歯科検診は今月に行います。
各行事の詳細については、後日お知らせします。

心ときめく わくわくコーナー

最近思うこと！

☆先月は、「敬老の日」がありました。我が国は全国で百歳以上の方が八万人を超える長寿社会です。私事ですが、私の母は八十七歳で、年相応の体力的な衰えはあるものの、元気で一人暮らしをしています。週に一度、家を訪ねると、〇〇さんが、健康体操に誘ってくれるんや」と言ったり、グランドゴルフに楽しそうに出かけたりしています。自分は食べないのに近所の青空市場で野菜をたくさん買って、持たせてくれます。我が家も夫婦二人と猫一匹やで、こんなに沢山いらんで！」と毎回言うのですが・・・。さらに、孫にも近所の農家からお米を買って送っています。それが楽しみであり、そんなにしなくてもと思うのですが、生き甲斐になっているようです。

人はいくつになっても、してもらうことよりも、自分が誰かのために何かしてあげる。**人の役に立っている**と感じることの方が何倍も何十倍も大きな喜びになることを改めて実感しました。また、物事を介して、**人と触れ合う**ことで**笑顔**が生まれ、それが元気の源になっていると思いました。新型コロナは、その楽しみも奪っています。高齢の親を心配しつつ、手を貸しすぎて親の**生き甲斐**を奪ってはならないと思い直しました。

☆園庭のフェンス際にコスモスを植えています。今年の夏は記録的な猛暑続きで、今にも枯れそうに干からびて弱っていました。朝と夕方に水やりをしていましたが、何とか育って美しい花を咲かせて欲しいと願っています。植物も、**愛情を持って手間暇かけて育てないと生長しない**ことを実感しました。

☆先月「だめしてガッテン」（NHK）を見ていたら、**長生き**」と「**握力の強さ**」には深い関係があることが分かりました。また、握力を鍛えるには、「握力」そのものではなく、体全体の**筋肉**を鍛えることで、自然と握力が強くなることも初めて知りました。健康寿命を延ばすためにも、生活のどこかの時間に「**運動**」を取り入れる習慣を身に付けたいと思いました。

日本の子どもは、肥満の割合など身体的な健康」では世界で一位です。子どもの時からバランスの良い食事と、運動の習慣」をぜひ身に付けて欲しいと願います。子どもの時の生活習慣は、その後の人生に大きな影響を及ぼします。良い生活習慣を身に付けることは、一生の宝物」を得ることになると思います。