

# 9月の園だより

平成30年9月3日  
女塚保育園園長 片野 太郎  
http://www.onnazuka.com

今年の夏は小学校でプールが中止になる等、例年では考えられないような暑さとなりました。保育園でも熱中症にも神経を使い、戸外遊びの時間やプールの温度管理等にも配慮してきました。そんな中、過度の紫外線対策による「ビタミンD欠乏症」（いわゆる「かっけ」）の子どもが増えているようです。伊藤明子さん（東京大学医学部付属病院・小児科医師）らの研究において、医療保険のデータから、ビタミンD欠乏症と診断された1～15歳の子どもの割合が、10万人あたり、2009年の3.88人から、2014年には12.4人と5年間で3倍以上増加したことが示されています。その原因にはビタミンDを作る紫外線が、過度の紫外線対策により、子ども達の皮膚に届かないことや、アレルギーを心配して卵や魚など動物性蛋白を離乳食であげるべき時期を遅らせてしまい、ビタミンDを含む栄養が足りなくなる等があげられています。衛生面でもそうですが、最近は過剰になり過ぎているようにも思えます。抵抗力等も含めて、子どもの成長に良い事なら良いのですが、結果的に子どもの成長に悪影響をあたえてしまうのではないかと心配もあります。認可保育園ですので、認可基準は順守しますが、その中で菌や気温等に対する抵抗力を、子ども達にしっかり身に付ける環境を作りたいと思います。

毎年9月3日の防災の日に引き渡し訓練のご協力を頂いております。この日は送り迎えに合わせスムーズな時間を設定しておりますが、災害はいつ来るかは予測できません。時間や交通機関等、様々な想定を意識して訓練に参加してほしいと思います。また保護者の皆様には、メールの一斉配信のテストや、災害用伝言ダイヤル（171）の体験も行い、子ども達は給食時に非常食として備蓄しているご飯や缶詰、乾パンを喫食します。こうした機会にご家庭でも災害時に備えてみてはいかがでしょうか。

## 敬老の日 9月17日

今ある私達は、  
「おじいちゃん、おばあちゃんのおかげ」  
そんな気持ちをつたえてあげましょう。

**防災週間**  
8/30 ~ 9/5

**秋の全国交通安全運動**  
9/21 ~ 9/30

職場体験受入れ

\* 9月19 ~ 21日  
蒲田中学校 2年生 3名

## 9月の行事予定

- 1日(土) 関東大震災記念日  
防災の日
- 3日(月) 集会  
引渡し訓練
- 6日(木) 防犯訓練
- 17日(月) 敬老の日
- 19日(水) 童謡指導  
身体測定
- 20日(木) 誕生日会  
ダンス練習(黄組)
- 23日(日) 秋分の日
- 24日(月) 振替休日

体育指導 7・14・21・28

## 生活のリズムを見直そう

～夏のお休みなどで、生活のリズムは乱れていませんか？～

夜寝る時間が遅かったり時間に追われたりすると、自律神経が不安定になり、心身ともに調和がとれなくなります。生活リズムを整え、大人も子どもも健康に過ごせるようにしましょう。



早寝早起き



水で洗顔



家族で朝食



食後の歯磨き



余裕をもって排便



園に行く用意

## ♪こんげつのうた

あの青い空のように

作詞 丹羽 謙次  
作曲 丹羽 謙次

- ① よろこび ひろげよう ちいさな ぼくたちだけど  
※あのあおい そらのように すみきった ころになるように
- ② さみしさ わすれまい ちいさな ぼくたちだけど  
※繰り返し
- ③ あかるさ いつまでも ちいさな ぼくたちだけど  
※繰り返し ※繰り返し