



検索『京都 ひかり幼稚園』

令和7年度 10月号 ひかり幼稚園

<http://web.kyoto-inet.or.jp/org/hikarimo/hikari/index.html>



～ 子どもの頃の食生活や食の記憶は、心の栄養になる ～

今年の暑～い夏も9月のお彼岸あたりから、朝夕の気温が下がり秋の気配を感じるようになりました。10月は、園庭や園外に出てトンボやバッタ、ドングリなど秋を見つけたりと、子どもたちの心が動く直接体験がたくさんあります。その中でも、園の畑でのさつまいも掘りや、年長さんが種まきから育てたお米を収穫するなど、収穫物をみんなで食べる体験も楽しみです。農園のお世話をさせていただいているバスの運転士さんやお米の種まきから田植え、稲刈り、脱穀まで貴重な体験をさせていただいている地域の方々に本当に感謝です。

自然の産物を実際に見ること、育てることは、子どもたちが食べ物に興味を深める第一歩です。収穫体験した物を調理して食べるという直接体験を通して食べ物への興味を広げたり、先生や友達と一緒に食べることでコミュニケーションを大切にしていきたいと思います。

副園長 福嶋治子

楽しく食べて、すくすく育とう♪

子どもたちの健やかな成長を願う「食育」。食育って何をすれば…と難しく考えず、子どもたちにとって大切なのは「食べることが楽しい」という気持ちを育むことです。子どもと一緒に食事を楽しみましょう

共食(きょうしょく)のすすめ ～ 一緒に食べればいいこといっぱい ～

「共食」とは一人で食べるのではなく、家族や友人、職場の人や地域の人など、“誰かと一緒に食事をする”という意味でつかわれる言葉です。

食事のマナーが身につく

おいしく楽しく食べられる

絆が深まる

好き嫌いを減らすことができる

食文化が継承される

協調性が育める

農林水産省のホームページ参考

「共食」に対して、1人で食事することを「孤食」といいます。家族と一緒に食事をするようになって「孤食」は減っても、他にもいろいろ、健康や人間関係にマイナスとなる「こ食」があります。

孤食

1人で食事すること。
食事中の会話やしつけができず
社会性が育ちにくなります。

個食

家族で同じ料理を食べず、それぞれが
好きなものを食べること。
協調性が育ちにくなります。

固食

自分の好きなものばかり食べること。
好き嫌いが改善されにくく
栄養バランスが偏りやすくなる。

濃食

味の濃いものばかり好んでたべること。
素材の繊細な味や香りなどを感じ取る
味覚などが育ちにくなります。

小食

食べる量が少ないこと。
必要な栄養素が足りず、食べることに無
気力になったり栄養不足につながります。

粉食

パンやパスタなど粉を使った主食
を好んで食べること。
粉ものはやわらかいものが多いの
で、かむ力が弱くなります。

☆10月の予定☆

予 定		予 定		予 定	
1日(水)	セーフティクラブ	12日(日)		23日(木)	長尾山(年中) いちご組
2日(木)	いちご組	13日(月)		24日(金)	
3日(金)	バス遠足 (ばなな組は通常保育)	14日(火)	体育遊び 篠村幼稚園と交流(年中) 給食試食会(年長保護者)	25日(土)	みんなのあきふえす た 10:00~13:00 (自由参加制)
4日(土)		15日(水)		26日(日)	
5日(日)		16日(木)	長尾山(年長) いちご組	27日(月)	誕生日会
6日(月)	防火訓練	17日(金)	給食試食会(年長児)	28日(火)	体育遊び
7日(火)	稲刈り(年長)、体育遊び 給食試食会 (年少児、年少保護者)	18日(土)		29日(水)	
8日(水)	運動会ごっこ(ばなな)	19日(日)		30日(木)	長尾山(年少) いちご組
9日(木)	いちご組とひかりっこパーク合同運動あそび	20日(月)	子育て相談	31日(金)	
10日(金)	給食試食会 (年中児、年中保護者)	21日(火)	体育遊び		
11日(土)		22日(水)	新入園児面接(午後)		

《お弁当の日》 3日(金)・7日(火)・10日(金)・14日(火)・17日(金)・21日(火)・24(金)
28日(火)・31(金)

《給食の日》 2日(木)・6日(月)・9日(木)・16日(木)・20日(月)・23日(木)
27日(月)・30日(木)

『絵本だいすきウィーク』20日・21日・23日・24日・・・学年委員さんによる絵本の読み聞かせ

《大切なお知らせ》◎10月15日(水)…《後期10月~3月分》の引き落とし日です。

*後期教材費…全員(1ヶ月¥1,000×6ヶ月分=¥6,000)

*後期バス代…送迎バス利用の方のみ(1ヶ月¥3,000×6ヶ月分=¥18,000)

上記の金額が登録の銀行口座より引き落としされます。口座が残高不足の場合、引き落としができませんのでご確認をお願いします。⇒ばなな組2歳児、銀行手続きが未だの方については、別途ご案内致します

●登園時の服装について

*10月1日(水)から、下記の服装で登園してください。

年少児は、紺帽子、制服ズボン・スカート、
体操服

年中・年長児は、紺帽子、制服ズボン・スカート、
ポロシャツ

*プレザーの着用や体操服(半袖・長袖)は、気候や体調によって調整してください。特に日中は気温が上がり、体を動かすと暑くなりますので、体操服は半袖を持たせてください。

*紺帽子も制服の一部ですので、必ず着用してください。紺帽子の生地は雨に弱いので、雨の日には被らなくても結構です。

●子育て相談 日程：10月20日(月)

園に来ていただいているキンダーカウンセラー(臨床心理士)の先生がお話を聞きます。
相談希望の方は、副園長までお願いします。

～みんなのあきふえすた～を実施します♪

10月25日(土) 10:00~13:00に

『ひかり幼稚園～みんなのあきふえすた～』を行います!楽しいお店がたくさんありますので、是非お越しください☆

◎今年も東輝中学校吹奏楽部による素敵なステージ演奏があります♪

- ・保護者と好きな時間に来て楽しむ自由参加制です!
- ・出席日数には入りません。
- ・バスの運行はありません。

地域の方どなたでもお越しください!

《お願い》

製作遊びの素材を引き続き集めています。
ご協力よろしくお願いします。

《お知らせ》

- 小学校の先生が研修に来られます。
10月30日(木)つつじヶ丘小学校より1名
- 実習生が1名来ます。

いま、これがおもしろい！ ～夢中になっているあそび～

2歳/満3歳児 ばなな組

「お友だちの存在を感じる」

♪とんぼのめがね♪
作って、歌って、あそぶ。友達と「同じこと」をする
「同じ空間」が楽しい。



先生、お歌うたって～

友だちがしていると「なんだかおもしろそう、ほくもわたしも
したい！」一緒の場や物を通してあそぶ中で、「貸して」「いい
よ」「待ってね」「順番」なども経験していきます。



3歳児 ひよこ組 ぞう組

「まねっこから広がるあそび」

5歳児がお店の人、3歳児がお客さんとして楽しんだ「なつふえ
すた」のお祭りごっこ。その後、まねっこであそび3歳児のあそ
び場になりました。お兄ちゃん、お姉ちゃんの真似をして「いら
っしゃいませ～」とお店の人になってやりとりしたり、「こんな
食べ物作りたい！」と製作しはじめたり…5歳児と関わった経
験が新たなあそびや友だちとの関わりへとつながっています。



アイスの
自動販売機

いらっしゃいませ～



たこ焼きください

【店員 届ける】
わたあめどうぞ



【お客さん 受け取る】
ありがとう！



ドーナツ作る♪

4歳児 もも組

「だんだんとリアルにイメージ」

「お家にしよ！」「ここが寝る所」「ここはご飯を食べる所」
「英語を書いてパソコン作りたい！」日常の体験があそびへ
とつながります。友達とイメージを伝え合って遊ぶことを楽
しんだり、細かな部分まで製作しようしたり、子どもの発
想からあそびの世界が深まります。



ベッドできた
寝てみよう！



先生
ここに
英語
書いて



パソコン作り

先生が書いた英語を
真似て書いてみる

5歳児 すみれ組

「連携プレー」

外遊び、生き物大好き！
トンボを捕まえるぞ！



はい！虫かご！



つかまえた！

見せて！

今にも飛んで行きそうな
元気なトンボを手渡したり、
すかさず虫かごを持って
来たりと、いつも同じあ
そびを楽しんでいる仲間
たちの見事なやりとり。

同じ形の積み木「カブラ」を立てたり、寝かせたり、組み立て方
を工夫することで様々な形や高さの物が出来上がります。出来た
物は「置いときたい！」と日々作り、それぞれの作品がつながっ
ていくと、「街ができてきた！」と大喜び。つながる、日々出来
上がる楽しさを味わっています。

