

## 9月 三刀屋保育所 子どもたちの様子

### 稲刈り体験に行ってきました！！

保育所に給食のお米を提供してくださっている、三刀屋町の藤原正博さんのご厚意で、稲刈り体験に行ってきました。稲からどうやってお米がとれるのかを聞き、「えー！！すごーい」と驚きつつ、見たことのない大きな機械にも興味津々で、「これってどこからお米が出てくるの？」と質問をたくさんする子どもたちでした。田んぼでは、稲の刈り方を教えてもらいながら、鎌で稲を刈り取り、はでに稲を掛けたりさせてもらいました。天日干しをし、1ヵ月後には収穫できるようですよ。稲刈りを終えると、三刀屋町の『だんく』さんのご厚意で、おにぎりを作っていたきみんなでもいただきました。「おいしーい！」と言って、ほおばり稲刈り後に食べるおにぎりは格別だったようです！



ここからお米が  
出てくるよ



じょうずに  
刈れたよ



おいしいねー



### 保健指導&食育のつどいをしました

今月は、『お口ぼかん』をテーマに保健指導と食育の話を合同で行いました。

最近はやわらかい食べ物が増え、口周りの筋肉を使うことが減ったり、鼻が詰まりっぱなしになっていたりとすることが原因で鼻呼吸が難しく、無意識に口呼吸になっている『お口ぼかん』の子どもが増えてきています。

口で呼吸すると…

- ・虫歯になりやすい
- ・いびきをかきやすい
- ・発音が悪くなる
- ・風邪をひきやすくなる
- ・口が臭くなる
- ・歯並びが悪くなる
- ・疲れやすい
- など

あいうべ体操でお口の筋肉を鍛えるよ!!



あ-----

鼻で呼吸すれば…

- ・虫歯になりにくい
- ・すっきり起きられる
- ・発音が良くなる
- ・熱が出にくくなる
- ・息がきれいになる
- ・歯並びがよくなる
- ・元気に遊べる
- など

う-----

10月7日(水)の一般開放は、「体を動かして遊ぼう」です。

マットやボールと一緒に遊びましょう。お待ちしております。

