

# もりさんかくしかくだよ

令和5年度12月号

社会福祉法人 東京児童協会  
新宿三つの木保育園もりさんかくしかく  
〒160-0015 東京都新宿区大京町 29 番地  
TEL: 03-6457-4455 FAX: 03-6457-4456  
morisankakushikaku@ookinaouchi.com



紅葉した木々や落ちてくる落ち葉に、日本の四季の美しさを感じられるようになりました。早いもので、令和5年も最後の月になりました。年度で占めることが多い保育園・幼稚園ですが、年の終わり、締めくくりを子どもたちと感じていきたいと思ひます。

本年も大変お世話になり、心より感謝申し上げます。子どもたちの笑顔の為に、より一層努力してまいりますので、来年もどうぞよろしくお願ひいたします。

## トラブルへの援助について

保育園ではたくさん子どもたちが日々共に過ごし、たくさんの笑顔や挑戦と共に、気持ちの違いからトラブルになることも多々あります。

保育者の対応は年齢や状況によっても変わりますが、大切にしていることは、“どちらが悪い” “何が悪い” と大人が決めてしまわないことです。注意しなければならない行動や行為はもちろん伝えますが、その行動に至るまでの気持ちをしっかり聞き、“認めていくこと” はとても大切だと考えています。

どうすればお互い納得がいくかをできる限り子どもと共に考えるよう、状況を見て保育者が側につきまひます。大人としては、「ごめんね」と言ひてほしいと考えることもあるかもしれませんが、大人の望む結末が解決にならないこともあります。

謝罪の言葉は意味をしっかり理解して使ひてもらいたいからこそ、最後に相手を認め、互いに許しあう経験が必要なのだと思います。

0歳児クラスから、けんかがあります。まずは自分の気持ちを知り、年齢を重ねて相手の気持ちに気が付き、トラブルがあっても大丈夫という気持ちの育みにつなげられるよう、けんかを大切な自己表現の場面、経験ととらえ、向き合ひていきたいと思ひます

## 園内の仕組み・取り組み紹介

### ヒヤリハット研修 リスクマネジメント研修

子どもたちと過ごす場所が安全であるように、ヒヤリハットと呼ばれる視点を大切にしています。日々の中でヒヤリとした、ハットしたことを書き残し、定期的に振り返ることで危険箇所や発達・興味を知り保育の援助方法や環境を変更するためのポイントにしています。

リスクマネジメント研修は怪我の例から皆でシェルモデルという形式を使用し、様々な視点からの振り返りを行ひています。

両研修とも、行ひ途中で危険予測の目を育てていくきっかけとなるため、引き続き取り組んでまいります。その中で保護者の皆様からのご意見や子どもたちの家庭での姿が振り返りのきっかけになることもございます。お気づきのことがあれば、職員までお伝えください。

## 地域との関わり

### ○小学校との関わり

年長児をお招きいただき、1年生主催のお店屋さんごっこに参加しました。

夏には卒園児交流を行ひ、卒園児がたくさん帰ってきてくれました！

### ○四谷中学校との関わり

お仕事体験に参加してもらひ、職員は発表を見せてもらひに行きました。

### ○地域の方との関わり

勤労感謝にちなみ、地域の方に5歳児クラスがインタビューを行ひ、感謝状を作成しました。





# 保育のページ

0歳児  
あひるぐみ



食べることが大好きな子どもたち。低月齢児は食材に手を伸ばし掴み食べをしたり、保育者に援助してもらいながらスプーンを持って口に運ぶ姿が見られるようになってきました。高月齢児も積極的に食具を使っており、時折他児と笑い合いながら食べることを楽しんでいます。今後も個々のペースに合わせて食事を楽しみながら低月齢児も食具に慣れていけるよう援助を行ってまいります。

戸外遊びでは、こころ広場とテラスに分かれて遊んでいます。どんぐりや葉っぱを拾ったり、木の実や植物にも興味を持ち観察してみたりして、秋の自然に触れています。こころ広場とテラスでお互いに姿が見えると「あ！」と嬉しそうに手を振り合う微笑ましい姿も見られます。今後は、ボールやかけっこなど身体を動かす遊びも促していきたいと思っております。

## 🦉 今月の目標 🦉

- ◇冬の気温差に留意しつつ快適な環境の中で過ごせるようにする
- ❖保育者や他児と関わる中で仕草や発語が増え、気持ちを表現する

1歳児  
うさぎぐみ



気温が低い日は戸外活動の際に、上着を着て外に出ています。保育者が上着の準備をしていると「自分で！」とハンガーから上着を取ったり着衣をしたりと自分で挑戦しようとする姿が見られています。ファスナーを途中まで上げる援助を行うと自分で上まであげ「できた！」と達成感に溢れた表情を見せています。今後も子どもたちの“自分でやりたい！”という思いを尊重していきながら上着を着る習慣を身に付けていきたいと思っております。

戸外活動では、銀杏の葉っぱやどんぐり、木の実など拾っている姿がよく見られています。葉っぱや木の実を拾うと保育者に「これなに？」と尋ねており「どんぐりだよ」「いちょうの葉っぱだね」等と伝えると「いちょう」「どんぐり」と覚えた言葉を復唱しながら秋の自然探しを楽しんでいます。今後は、季節ならではの自然物に触れる機会を増やし子どもたちが様々なことに気付きを得られるような活動を行ってまいりたいと思っております。

## 🦋 今月の目標 🦋

- ◇安定した一日の中で身の回りのことを行い達成感に繋げられるようにする
- ❖友だちや保育者と冬ならではの活動に触れ、季節を感じる

2歳児  
ひよこぐみ



身の回りの事を「一人で」と意欲的に取り組んでいる中で、着替え後脱いだ衣服を畳もうとする姿が増えてきました。「これで合ってる？」「どうやるの？」と保育者とやり取りを行いながら、取り組んでいます。一着畳み終わると「みてみて！畳めたよ！」と畳めたことの達成感や嬉しさを保育者に伝え、出来たことへの喜びを味わっています。

戸外では、むっくりくまさんやだるまさんが転んだ等、簡単なルールのある遊びを友だちや保育者と一緒に行っています。「一緒に遊ぼう」と誘ったり「〇〇して遊びたい！」と気持ちを伝えたりしながら遊んでいます。友だちと一緒に遊ぶことで遊びの中で楽しさや発見を共感し、遊びの幅が広がっていければと思います。

## 🦋 今月の目標 🦋

- ◇正しい手の洗い方やうがいの仕方を身に付けられるようにする
- ❖行事への期待感を持ちながら、音楽に合わせて身体を動かすことを楽しむ



3歳児 4歳児 5歳児  
はなぐみ ほしぐみ  
つきぐみ



### 3歳

- ◇信頼のおける保育者や友だちと関わることで、心身共に健康に過ごせるようになる
- ❖体験したことや感じたこと、想像したことを様々な形で表現する

### 4歳 今月の目標

- ◇自分の気持ちを受け止めてもらう経験を通して相手の気持ちを知ろうとする
- ❖友だちと共通の目的を持って集団活動を行い、自分や友だちの姿を認めようとする

### 5歳

- ◇生活に必要な習慣や態度を身に付け、健康に過ごせるようにする
- ❖友だちと認め合ったり協力し合ったりしながら、物事を最後までやり遂げる

#### 【商店街散歩】

勤労感謝の日に向けて地域にどんなお店があるか、どんな人が働いているか探しに商店街に散歩に行きました。交差点では、はしご車など様々な種類の消防車が通ったのを見て大興奮の子どもたち。また、交番、ほていやさん、せいようどうさん、自転車屋さんなどに伺い、つき組は「警察官は何時間働きますか?」「どんな商品を買ってほしいですか?」など事前に考えた質問をインタビューさせていただきました。そして、答えてもらったことに対して「警察官は夜まで働くんだった!」「すごいね!」など友だちと話をする姿もありました。つき組の姿を見て、はな組とほし組も警察官が身に付けている無線機やお店にあるものに対して興味を持ち質問をしていました。お店に着いた際には「おはようございます」帰る際には「ありがとうございました」と子どもたち自ら挨拶をしていました。またつき組が感謝状を作成し後日「いつもありがとうございます」「自転車を直してくれてありがとうございます」と感謝の気持ちを伝え渡しました。今後も活動を通して地域の方と交流する機会やその中で人との接し方や社会とのつながりを学んでいく経験を大切にしていきたいと考えています。

#### 【秋を感じる】

「落ち葉がたくさんあったよ!」「どんぐり見つけたんだ!」ともりっこ広場やこころ広場でたくさん秋を見つけています。落ち葉をたくさん集めて落ち葉のじゅうたんを作り遊ぶ姿もあります。また、「外寒かったから上着着る!」「もう外暗いね、夜だね」と季節が変わり、空気の冷たさや日の短さを感じている様子もあります。

秋の自然物を使った制作活動も行い、はな組は落ち葉を使ったライオンを作り、ほし組は落ち葉や枝を猫の耳やキリンなどに見立てたり組み合わせる表現し、つき組は枝や落ち葉、毛糸やポンポンなど様々な素材を組み合わせる飾りを作りました。「丸い葉っぱはないかな?」「大きい葉っぱがいいな」「黄色の葉っぱにしよう」など色や形など自然物の特徴や違いに注目し厳選して素材を選んでいました。空を見たり、風を感じたり、自然物に触れたり、様々なかたちで季節の変化や季節を感じられるような環境設定や言葉かけ、遊びや活動を行っていきたくと思っています。

#### 【さつま芋チップス】

つき組が芋掘り遠足で収穫したさつま芋を使った『さつま芋チップス』をおやつで食べました。「さつま芋チップス食べたい」「のりしお味がいい!」とつき組が相談してメニューを決めました。つき組が味付けやテーブルを拭いたり、配膳をしたりなどおやつ準備も行い、「ここにおやつがないよ」「交代でコップに牛乳を入れよう」などと声を掛け合っていました。自分たちで書いたメニューを見せながらいただきますの挨拶をしたり、乳児クラスの子にエプロンをつけてあげることもしており、年下の友だちのたちのために自分たちでできることを考え行動する姿もありました。おやつ後ははな組、ほし組がつき組に「おいしかったよ」「ありがとう」とお礼の言葉を伝えており、つき組もとても嬉しそうな表情でした。また、「クッキングやってみたい!」とつき組に憧れの気持ちを持つはな組、ほし組の姿もありました。自分で収穫しクッキングしたものを食べるおいしさや達成感を感じることで、自分たちで考え友だちと協力すること、年下の子のために行動すること、年上の子に憧れの気持ちを持つことなど様々な経験が見られました。今後も様々な体験ができるよう遊びや活動を計画していきたいと考えています。



# 食育だより

## 先月の食育の様子



えのきと舞茸は形が違うね！



蓮根を洗うよ！



タワシを使ってゴシゴシしよう

寒さも一層深まっている今月は、南瓜や蓮根などの体を温める根菜を積極的に取り入れています。長ねぎ、玉ねぎ、生姜などを使うとより効果的です。体が温まって血液循環がよくなると、免疫機能が高まり風邪の予防になります。おやつにも出来るだけ温かいメニューを取り入れ、適温での提供を心掛けています。

クリスマスやお正月等、家族で過ごす時間が多くなる時期です。家族で食卓を囲むことは子どもの安心に繋がり、より食事が美味しく感じられますので、行事食に親しむ等、ぜひ楽しい時間をお過ごしください。

## おすすめレシピ

### 南瓜プリン



#### 材料（大人2人子ども2人分）

- |           |      |     |
|-----------|------|-----|
| ・南瓜       | 175g | } A |
| ・牛乳       | 150g |     |
| ・生クリーム    | 100g |     |
| ・卵        | 100g |     |
| ・砂糖       | 20g  |     |
| ・バニラエッセンス | 少々   |     |
- ★カラメル：砂糖6g、水6g

#### 作り方

- ① 南瓜の種と皮を剥き、適度な大きさに切る。レンジで5分位加熱し、つぶしておく。
- ② Aの材料をボウルで混ぜ、①の南瓜を加え、裏ごしをする。
- ③ 型に流し入れ、150℃のオーブンで湯煎焼きし30分程焼く。
- ④ 揺らしてみても、液体感がなく焼き固まっていれば出来上がり。  
★お好みで煮詰めたカラメルをかけてお召し上がりください。

## 家庭でできる食育



### ～南瓜の種取り～



日本で主流の『西洋南瓜』は、ほくほくしていて甘みの強さが特徴です。抗酸化ビタミンA・C・Eの揃った野菜の中でもトップクラスの栄養価がありますので、ぜひ皮ごと食べることをお勧めします。

園では『南瓜』を取り入れた食育として、南瓜の種取りを行っています。南瓜をくし切りにし、大きめのスプーンを使えば種とわたを一緒にかき出すことができます。少し力が必要になりますが、出来たときの達成感を味わえる食育活動になると思いますので、ぜひご家庭でも行ってみたいかがでしょうか。



# 保健のページ

今年も残りわずかとなりました。年末年始は生活習慣が乱れがちとなりますが、睡眠・食事の時間を意識し、病気や事故のない楽しい冬休みをお過ごしください。

子どもは皮膚のバリア機能が未熟な上、冬の乾燥シーズンは肌が乾燥し、かゆみやひび割れなどの肌トラブルを起こしやすくなります。お風呂上りに全身に保湿クリーム、唇にはリップクリームを塗ってケアすることをおすすめします。

## 感染性胃腸炎が流行る季節です

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は手洗い・うがいをきちんと行ってください。



園で嘔吐や下痢によって汚れてしまった寝具や衣類は、感染拡大予防のため、洗わずにビニール袋に入れ返却させていただきます。ご理解ご協力お願い致します。

### 汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと塩素系漂白剤を薄めたもので消毒を行いましょう。



### 追伸

ウイルス感染がまだまだ続くと思われま。お子さまが体調不良の際は、様子や受診内容等、詳しくお伺いを致します。園でもしっかり状況を把握して、感染対策を行う為協力お願い致します。

## 冬至にゆず湯

「冬至の日にゆず湯に入ると風邪をひかない」と言われています。

ゆずには風邪予防や保湿の効果があるビタミンCや血行改善を促すヘスペリジンなどが含まれ、体に良いことは近年の研究で科学的にも証明されています。

乳幼児期の皮脂量は、生後4か月～5・6歳までが、生涯で最も少ない時期と言われています。乳幼児期は乾燥肌に悩む子どもが多くなり、カサカサして痒くなり、白い粉がふいたり、皮膚がひび割れることもあります。また、乾燥が多い部分にシワが多くなることもあります。

### 《肌トラブルの原因となる乾燥をケアしましょう》

乾燥は、肌のバリア機能を低下させて、ハウスダストやダニ、花粉などの外的刺激を感じやすくさせます。また、かゆみも感じやすくなるため、無意識にかいてしまう子どもも多く、炎症を起こすこともあります。

- ① 保湿
- ② 長風呂はしない
- ③ 部屋の加湿
- ④ 衣類や寝具の素材をコットンにする

