



# かもめだより

## ～ ONE ROOF ～

「大きなおうち」を受け継ぎながら、子どもたちも職員も地域の皆さんも、みんながひとつ屋根の下で笑い、ひとつになり、そして成長して、未来を作り出す力を育てていこうという思いを込めています。

江東区白河かもめ保育園  
江東区白河 1-5-1-101  
TEL 03-3643-7671  
<http://shirakawakamome.com>  
Instagram 

令和6年 7月31日発行  
園長 大竹 龍

### 【酷暑の夏】

24 節気の大暑が過ぎ、暑さの厳しい日々が続いています。園庭のひまわり・バジル・大葉なども、朝夕たっぷりの水やりで、葉っぱも暑さに耐えているように感じます。酷暑の夏ですが、夏色の青い空と白いもくもくとした雲を見上げて、季節感を感じ取ってほしいと思います。また、熱中症に配慮し、空調の調節や水分補給をこまめにとっていけるよう配慮していけるよう

### 【夏を通じて育つ五感】

たとえば、

- 太陽が照りつけるところと木陰の違いを子ども自身から気づくことができるような環境を整えること
  - 水あそびで水の感触を感じられるようにすること
  - シャワーを浴びてさっぱりすること
  - 十分な水分をとること
  - 保育室の温度調節に気をつけること
  - 十分な睡眠をとれるようにすること
  - おいしく食事をする事等々をどのクラスもそれぞれ担当が工夫し実践しています。
- これらのことは、すべて五感をフルに働かせて、子ども自身が心地よさを身につけていくことですので、保育の中で特に大切にしているポイントです。



## 8月の予定

日	曜	内容	対象
1	木	身体測定(幼児)	幼児クラス
2	金	身体計測(乳児)	乳児クラス
7	水	杉アート	5歳児クラス
14	水	異文化交流	幼児クラス
17	土	避難訓練	全クラス
17	水	スポーツPJ かもめひろば	5歳児クラス 地域のご家庭
18	木	0歳児健診 体育遊び	全クラス 幼児クラス
		誕生会	全クラス
23		異文化交流	幼児クラス
14	木	プール納め	全クラス
19	火	総合防災訓練	全クラス

### <引き取り訓練について>

16時に大規模災害警戒宣言が発令されたと想定して訓練を行います。

日時：8月30(金)

※詳細は掲示、または、Kindyの保護者へのお知らせをご確認ください。質問等ございましたらお気軽にお声掛けください。

### <敬老のハガキについて>

9月16日(月)は敬老の日です。祖父母の皆さんや、普段お世話になっている知り合いの方へ、今年度は時代に合わせて動画にてお子さんたちの様子をお届けしたいと考えております。

Kindyにて9月に配信させていただく予定です。

### <実習生について>

◇草苑保育専門学校 1名  
8/19~8/30 11日間



## 先月の様子

## つつる、ぷるぷる♪



いよいよ夏本番！より暑さを感じる季節となってきました。室内では、様々な感触遊びをしています。寒天遊びでは、カラフルな寒天が見えると、“なんだろう…”と不思議そうな表情を浮かべている子どもたち。始めは見慣れない寒天に少し緊張した様子で遠くからみている子どももいましたが、保育者と一緒に触れてみる中で、“ぷるぷる！”“きもちいいね”と嬉しそうな笑顔を見せています。繰り返し触れる中で、手の平で崩れていくことに気が付き満足するまで味わっていました。

また、氷遊びでは、手に取ってみると少しずつ溶けだしていく不思議な感覚に驚きつつもワクワクした表情を浮かべています。床に滑らせてみたり、氷同士を打ち合わせたりしながら、氷ならではの冷たさを楽しんでいる様子を見せていました。

今後も様々な感触に親しみ、涼しさや冷たさを味わうことができる活動を楽しんでいきたいと思えます。



## “じぶんでできた！” “おいしいね”

園生活にもすっかり慣れ、意欲的に体を動かして遊んでいる子どもたち。保育者が食事準備を始めると、“ごはんたべたい！” “きょうはなにかな？”と保育者を目で追ったり、体を上下に揺らしたりして期待感溢れる表情を浮かべています。

子どもたちの自分で食べてみたいという思いが育まれ、高月齢の子どもたちを中心にカットスプーンを使用して食べ進めています。始めは保育者に手元を支えてもらっていましたが、今では“じぶんでできるよ”と一人で食材をすくおうと挑戦しています。低月齢の子どもたちは、ミルクやコップ等を保育者と一緒に手に取る中で、自分で持って飲んでみようとする姿がありました。

“できた”と嬉しさを表現している子どもたちの思いに共感する中で、達成感から次への意欲に繋がっています。今後も保育者と一緒にいる中で、自分でできた達成感を味わいながら、楽しい雰囲気のもと食事をしていきたいと思えます。



## ねらい

- 水分補給や休息を取り、夏の時期を快適に過ごせるようにする。
- 清拭や沐浴をし、気持ち良さを味わおうとする。
- 一人ひとりの発達に合った体位で身体を動かして遊ぶことを楽しもうとする。
- 夏ならではの感触遊びを楽しもうとする。

## お楽しみ

- 水や氷、寒天など様々な感触に触れてみよう！
- 絵本を通して手遊びや歌遊びを楽しもう！
- トンネルやマットで体を動かして遊ぶことを楽しもう！





## 先月の姿



## 冷たい！気持ちいいね



夏ならではの感触遊びを楽しんでいます。氷遊びでは、“これなに？”“みてみて！”と気付いたことを言葉や喃語で保育者に伝えています。保育者が「冷たいね」「気持ちいいね」と伝えると、「ちゅめたい（つめたい）！」と言いながらボウルの中にある氷を一つ一つ大事そうに握り、感触や冷たさを感じていました。また、保育者が「アイスみたいだね」と伝えると、「あいちゅ！」「ペロペロ！」と氷をアイスに見立てたり、ままごとの皿やコップに氷を入れ、ご飯やジュースを作ったりする姿もありました。今後も季節ならではの遊びを通して、五感や身体感覚の発達に繋げていきたいと思ひます。



## 野菜ぺたぺた



パプリカやオクラ、玉葱等の野菜を使って野菜スタンプの制作を行いました。保育者が野菜を見せると、感触を確かめたり匂いを嗅いだりと、見て触って五感を使って確かめる姿がありました。子どもたちに野菜を手渡すと、じっくりと野菜を観察し、「ぺったん！」「ったあ！」とスタンプを押しています。スタンプの跡を指差しながら「これ！」「ああ！」と笑顔を浮かべている子や“なに？”と不思議そうな表情の子もいました。指先の感覚を養ったり、食への興味関心に繋げていけるよう、今後も食育活動を取り入れていきたいと思ひます。



## びりびり！できた！



朝顔の制作を行いました。保育者が手本を見せると興味津々な様子で近寄ってきた子どもたち。自分の好きな色を選び、“ぼくも/わたしもびりびりやる！”とやる気満々な姿が見られました。「びりびり」「おお」と指先を器用に動かして破いていました。完成した朝顔を「みてみて！」と嬉しそうに保育者に見せたり「できた！」と自慢げな表情を浮かべたりしています。完成後、壁に朝顔を飾ると「あっ！」と指を差し、みんなで鑑賞しました。今後も、制作を通して季節を感じられるようにしていきたいと思ひます。



## ねらい



- 十分な休息とこまめな水分補給で、心地よく夏を過ごせるようにする。
- 保育者に見守られる中で、簡単な身の回りのことを自分でやってみようとする。
- 保育者や他児と一緒に、水遊び等の夏ならではの遊びを十分に楽しむ。

## お楽しみ



- 水遊びや氷遊び等様々な感触遊びを楽しもう！
- ダンスやサーキットで様々な運動遊びをしよう！





## 先月の様子

### みずあそびだいすき！



ひよこ組になって初めての水遊びをしています。「今日は水遊びするよ」と保育者が話すと「やった！」「はやくやりたい！」と期待でいっぱいの様子でプールまで向かっていました。プールに浮かんでいるじょうろや筒状の水鉄砲を見つけると、「おみずがでてきたよ！」と嬉しそうに話したり「こうやってやるのかな？」と試行錯誤したりしながら遊んでいました。コツを掴むと、水が遠くまで飛び「でた！」と微笑んでいたり、保育者や友だちの足や手に「びゅー！」と水を飛ばしたりして楽しんでいました。

また、水に浮かぶ生き物の玩具を指差して「かに！」「たこもいるよ！」と保育者や友だちに嬉しそうに伝える姿も見られました。



### みててね！



身の回りのことに意欲的に取り組んでいるひよこ組の子どもたち。特に着脱では、意気込んだ表情を浮かべながらズボンや服を脱いだり、自分の引き出しから選んだりしています。「できない」ともどかしさを感じる姿もありますが、保育者が着脱のコツを伝えながら一緒に行うことで「できた！」と達成感を味わっていました。今後も「じぶんでできた！」と達成感を味わえるように見守っていきます。

また、食事前やトイレ後には、手洗いに挑戦しています。手のひらに石鹸を付け「ごしごし！」「ばいきんさんばいばい！」と話しながら取り組んでいました。洗い流すと「きれいになった！」と自慢げに洗った手を保育者や友だちに見せている姿もあります。今後も、手洗いが習慣づけられるようにしていきます。

### つめたい！ぷるぷる！

寒天遊びを行いました。保育者が準備をしていると、「きょうはなにをするの？」と待ちきれない様子の子どもたち。色とりどりの寒天を紹介されると「これはなんだろう」「あかいいろしてる！」と不思議そうな表情を浮かべ、自分の手のひらに寒天をそっと置くと「つめたい！」「つるつるしてる！」と感じたことを話しています。また、保育者が思いっきり寒天を潰して見せると「ぶちゅー！」と握りしめるように潰したり、両手で擦り合わせるように細かくしたりして寒天の感触を楽しんでいました。寒天がゼリー状になるまで細かくなると「あつまれする！」とたらいの中にある全ての寒天を集め、その中に自分の手を入れています。手が見えなくなると「いないよ！（てがないよ）」と満面の笑みで話す姿も見られました。今後も様々な感触遊びを通して、冷たさや色彩等を楽しめる夏ならではの活動を取り入れていきたいと思ひます。



### ねらい

- ・食事・排泄・着脱等の身の回りのことを自ら行おうとする。
- ・夏ならではの感触遊びを楽しむ。

### お楽しみ

- ・水遊びを楽しもう！
- ・夏ならではの感触遊びを楽しもう！

## 先月の様子

## ～待ちに待ったプール活動！～



園庭にプールが設置されると「プールはいつできるの?」「はやくはいたいね!」と待ち遠しそうに話していた子どもたち。プール開きでは『押さない・走らない・登らない・先生の話を守る・体操をする』の5つの約束事を聞き、安全にプール活動を楽しめるようお清めをしました。

プールに入ると「うわ! つめたい!」「きもちいいね!」と冷たい水の感触を全身で感じながら楽しんでいました。始めは緊張した表情を浮かべていた子も、アヒルやワニ等の動物歩きやフラフープ潜り等を行なう中で少しずつ水に慣れていき、笑顔で楽しむ姿が見られました。今後も約束事を守りながら安全に楽しくプール活動を行なっていきたいと思います。

※着替え等の準備物や体温の記入等、ご協力いただきありがとうございました。8月も天候や子どもたちの体調を見ながらプール活動を行なっていきますので、引き続きプールセットのご準備をよろしくお願いたします。



## ～夏野菜たくさんとれたよ!～



かもめファームではつき組の子どもたちを中心に夏野菜や稲を育てています。園庭に出ると真っ先にかもめファームの様子を見に行き「おやさいにみずあげたい!」「みて! トマトができてるよ!」等と水やりや観察を楽しんでいます。

そしてついにキュウリ、ナス、トマト、ピーマンを収穫! はさみを使用して友だちと協力しながら慎重に切り、無事収穫することが出来ると「みて! きゅうりとれたよ」「みそにつけてたべたいね!」と大興奮で収穫できた喜びを分かち合う姿が見られました。





## ～夏祭り楽しかったね！～



今年度は『世界のお祭り』をテーマに行なった夏祭り。夏祭り当日はヨーヨー釣りやお化け屋敷、的当て、制作等、様々なブースを回って楽しみました。また、各ブースではつき組の子どもたちが「いらっしゃいませ～！」「おめんはいかがですか？」「ヨーヨーつりたのしいですよ！」等と元気一杯に店番をしてくれました。

後半には皆で円になって盆踊りをしたり、大量の水に打たれながら「わっしょい！」とお神輿を担いだり等、暑さも忘れるほどの盛り上がりでした。



夏祭り後にも日常の保育の中で『お祭りごっこ』を楽しんでいます。

**はな組**はままごとコーナーに置いてある法被を身にまとい「いらっしゃいませ～！かきごおりはいかがですか？」と店員になりきったり「ブルーハワイあじ1つください」とお客さんになったりして友だち同士でやり取りを楽しんでいました。

**ほし組**は夏祭り当日のつき組の姿を見て憧れを抱いており「わたしはヨーヨーつりやさんやりたい！」「ぼくはおめんやさんがいいな！」と自分でやりたい役を選んでいました。はな組とほし組がお客さんとして来ると「いらっしゃいませ～！まとあてたのしいですよ！」等と張り切って店員役を楽しんでいました。

**つき組**はお客さんとしてお面屋やヨーヨー釣り屋等のブースを回りました。「ウサギのおめん1つください！」「メロンのヨーヨーつれた！」等と年下児とたくさん関わりながら楽しんでいました。

今後も子どもたちが作った制作物をごっこ遊び等に発展させていき、より一層遊びを深めながら楽しめるようにしていきたいと思います。



## ★8月のねらい★



○水分補給や休息をとること等を知り、快適に過ごす。  
○遊びの中で他児に自分の気持ちを伝えようとする。



○夏を健康に過ごすための生活習慣が分かり、身の回りの事を進んで行う。  
○生活や遊びの中でルールや約束を守りながら他児と一緒に遊ぶ事を楽しむ。



○活動と休息のバランスをしっかりと取りながら、元気に過ごせるようにする。  
○自分の思いを伝えたり、相手の考えを受け入れたりしながら遊びや活動を進める。



## ★お楽しみ★

- ・約束事を守りながらプール活動を思い切り楽しもう！
- ・夏ならではの感触遊びを楽しもう！（泡、氷、寒天）



# 食育だより

## 先月の食育の様子



夏野菜が美味しい時期となり、乳児クラスではとうもろこしの皮むきをしました。ふさふさのひげに触ったり、硬い皮を一生懸命むいてくれました。かもめファームの野菜も収穫の時期を迎え、大きく実ったきゅうりやトマト、ピーマンなどを収穫し、提供しています。

## 8月献立について

夏場は汗でビタミンB1 やビタミンC が失われ不足しがちです。園では、ビタミンB1 やビタミンC を多く含む豚肉や玉葱、トマトなどを使用して暑い夏にも負けない身体づくりができるよう工夫をしています。夏の暑さで食欲が落ち、体が疲れやすくなる時期ですが胃に負担がかからない消化の良い物をバランスよく摂りましょう。

## 季節のおすすめレシピ

### 【鶏肉と茄子のみぞれ煮】

〈材料〉 4人分

- ・鶏もも肉 240g
- ・片栗粉 大さじ1~2
- ・サラダ油 30g
- ・茄子 1本
- ・人参 1/2本
- ・大根 5cm
- ・オクラ 4本
- ・だし汁 150cc
- ・醤油 大さじ1
- ・酒 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・上白糖 小さじ1

〈作り方〉

- ①人参と茄子は乱切りにカットし、大根はすりおろしておく。オクラは下茹でし、食べやすい大きさに切る。
- ②鶏肉に片栗粉をまぶし油で揚げるとしくは、揚げ焼きにする。
- ③人参を★の調味液で煮る。
- ④茄子を加え、油をきった②を入れ煮る。
- ⑤大根おろしを加えて煮る。
- ⑥器に盛り付け、オクラを添えて完成。



## 8月31日 ～野菜の日～



8(や)3(さ)1(い)の語呂合わせから「野菜の日」とされています。

トマトやきゅうり、オクラといった夏野菜は水分カリウムを多く含み、身体を冷やしてくれる働きがあるので夏バテ予防にぴったりです。

## 野菜に触れてみよう



茄子は夏と秋に旬を迎えます。夏茄子は皮に厚みがあり、果肉も多く硬くなります。秋茄子の皮は薄く水分を含み柔らかいことが特徴です。同じ野菜でも食感に違いがあります。料理に使っている野菜を子どもたちと一緒に洗い、触感や匂いなどの違いを楽しんでみてはいかがでしょうか。



## < ほげんだより 8月 >

気温がぐんぐんと高くなり、心弾む夏がやってきました。子どもは体温調節機能が未熟で、大人よりも暑さの影響を受けやすいので注意が必要です。元気そうに見えても、身体は疲れていることもあるので、体調の変化に気をつけて、休息を心掛けるようにしてください。

### 暑い夏を乗り切るポイント

#### ① 水分補給

大量に汗をかくと脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。暑い日には、知らず知らずのうちにじわじわと汗をかいていますので、活動強度にかかわらず、のどが渇く前のこまめな水分補給を心掛けましょう。



#### ② 室温管理

外は猛烈な暑さで、室内は冷えすぎてしまうと体温調節が難しくなってしまいます。そのため、室温設定 27~28℃を目安にエアコンを上手に使いましょう。また、エアコンの風に直接あたらないようにすることも大切です。



#### ③ 皮膚のケア

夏はたくさん汗をかくので様々な肌トラブルが起こりやすく、なかでもあせもが多い時期です。皮膚のトラブルを悪化させないためにも以下のポイントや毎日のケアが大切です。

- ・薄着にする
- ・吸湿性の良い肌着を着る
- ・汗をかいたら着替える、タオルで拭く、シャワーで流すなどして肌を清潔に保つ



### 8月7日「鼻の日」

日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会が、昭和 36 年に「は(8)な(7)」の語呂合わせから制定した日です。鼻疾患を啓発する日としています。緑色に近いほど症状が悪いので早めに病院へ行くことをおすすめします。

また、透明の鼻水に比べてドロツとしている為、鼻の奥で溜まってしまう事があります。その時は加湿などを行い、鼻水を出しやすくすると良いです。

#### <鼻水のかみ方のポイント>

- 片方ずつかむ
- やさしくかむ
- かめない子どもは、こまめに拭いたり吸引器などで吸ったりする



### 頭囲・胸囲測定について

厚生労働省の指示により実施していた年 2 回の定期的な頭囲胸囲測定につきましてこの度、正確な測定が不可能で、定期的な測定は必要ないとの判断の周知がありました。これを受け、園においても実施しないこととなりました。

なお、成長の過程で必要な際には測定を実施いたしますので、お気づきの点などございましたら、お声かけください。