



こころだより

令和7年1月
社会福祉法人東京児童協会 扇こころ保育園
〒123-0873 足立区扇1-22-28
TEL 03-3898-3919
園長 松山俊介

園長あいさつ

謹賀新年

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。今年も 土間にて、みなさまに新年のごあいさつをさせていただきました。

変化の目まぐるしい現代において、コミュニケーション能力というのはとても重要視されており、みなさまもその重要性を感じる機会が多いことと思います。そのコミュニケーションのはじまりというのは、あいさつです。「おはよう」「こんにちは」「さようなら」このようなあいさつからはじまる人と人とのつながり。そのつながりを大切にしたいからこそ、日本古来から大切にされてきた新年のあいさつを、大人が手本となって子どもたちに伝えていきたいと思ひます。



一年の計は元旦にあり

一年の計は元旦にあり。古くから日本ではこんな言葉があります。何事も最初が肝心という意味合いで使われることが多いです。計画を立てることが大切とされがちですが、私は計画を立てることより、一年に向けて自分の方向を考へることが大切であると考えております。計画に自分自身が縛られてしまう必要はなく、最初に立てた計画、そしてその方向は変わっていいと思ひます。計画通りに進めるよりも、定期的に振り返り、現在地を都度確認すること、そんなところが大事なのではないでしょうか。

保育においても、指導計画を立て日々子どもたちに教育保育活動を提供しています。ただ、その提供内容は、理念方針目標という大きな指標のもと、目の前の子どもたちとそれらを取り巻く人的・物的環境をふまえ、振り返り、そして計画を見直す。そんなことを繰り返しています。

今年も子どもたちの健やかな成長発達のために、計画と実態の両方を大切にしながら、教育保育活動を充実させてまいります。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

1月 行事予定

日	曜日	内容	対象
7	火	杉アート	5歳児
8	水	新年お楽しみ会	3,4,5歳児
14	火	異文化交流	3,4,5歳児
		0歳児健診	0歳児
17	金	誕生会	全園児

日	曜日	内容	対象
21	火	体育指導	3,4,5歳児
25	土	懇談会(幼児クラス)	3,4,5歳児
27	月	スポーツ教室	5歳児
29	木	異文化交流	3,4,5歳児
31	金	姉妹園交流会	5歳児

※特別活動は、変更になる可能性がございます。あらかじめご了承ください。

各クラスの様子

<はな・ほし・つき組 今月のめやす>

- 生活の流れを理解し、身の回りのことを進んで行う。
- 異年齢での関わりを楽しむ。

<はな・ほし・つき組 お楽しみ>

- 伝承遊びを楽しもう！



園生活最後の“大きくなった会”は、子どもたち一人ひとりが練習の成果を存分に発揮し、大成功で幕を閉じることができました。

伝統遊戯、劇、合奏とそれぞれの練習に取り組む中で、新しいことに挑戦する期待感や思うように表現できない不安感など、さまざまな感情を抱く姿がありました。その中でも「もういっかい、さいしょからやってみよう！」「みんなでちからをあわせて、がんばろう！！」と子どもたち同士で声を

掛け合い、活動中もそれ以外の時間にも協力して練習に取り組んで

いました。本番では多くのお客さんに緊張を浮かべる姿も見られていましたが、全員で心をつなげて舞台上に立ち、全ての演目でこれまでで一番の表現を披露することができました。

大舞台を乗り越え、身も心もまた一つ成長した子どもたち。一人ひとりが自信を持って羽ばたけるよう、今後もさまざまな経験を積み重ねていきたいと思っています。



みんなで力を合わせて取り組んだ“大きくなった会”を笑顔で終わりました。劇遊びの題材になった、絵本『くれよんのくろくん』に出てくる、スクラッチという技法の制作も行っています。初めは「まっくろにしちゃったら、けずってももようはでてこないよ」と不思議そうにしていたのですが、実際にやってみると「すごい！」「くろさんのおかげだ！」と、新しい発見を喜ぶ姿が見られていました。さまざまな取り組み

の中で、子どもたちは“その色それぞれに良さが

ある”ということを感じ始め、自分の役に自信を持って演じられるようになりました。また、園歌や伝統遊戯、劇遊びのエンディング歌『みんな色の世界』にも挑戦しています。音程を取ることや一定のテンポで歌うことに難しさを感じながらも、練習の中では友だちと嬉しそうに微笑み合う姿もあり、歌で表現する楽しさも味わうことができました。

集団活動の中でも一人ひとりが自分の良さを十分に発揮できるようにしていきたいと思っています。



寒さも少しずつ厳しくなってきましたが負けずに元気いっぱい園庭を駆け回っています。「こおりおにやろうよ！」「おおなわであそぼう！」と、保育者や友だちと一緒に身体を

動かして遊ぶ姿があります。また、園庭に落ちているドングリを拾い集めたり、帽子に枯葉や小枝を貼り付けてうさぎやトナカイなどの動物に変身したりする姿もありました。季節の自然物に興味を持ち、見たり触れたりしながら変化を楽しんでいます。今後も、季節ならではの自然物に興味関心が持てるような活動を取り入れていきたいと思っています。

園庭を駆け回っています。「こおりおにやろうよ！」「おおなわであそぼう！」と、保育者や友だちと一緒に身体を動かして遊ぶ姿があります。また、園庭に落ちているドングリを拾い集めたり、帽子に枯葉や小枝を貼り付けてうさぎやトナカイなどの動物に変身したりする姿もありました。季節の自然物に興味を持ち、見たり触れたりしながら変化を楽しんでいます。今後も、季節ならではの自然物に興味関心が持てるような活動を取り入れていきたいと思っています。

戸外から戻った際には手洗いうがいをしています。健康教育で風邪予防について教えてもらい、ガラガラうがいの練習をしました。毎日を健康に過ごせるよう、今後も手洗いうがいの大切さを知らせていきたいと思っています。



<ひよこ組 今月のめやす>

- 簡単な身の回りのことや片付けなどを自分でやろうとする。
- 冬の自然現象に興味を持ち、見たり触れたりする。

<ひよこ組 お楽しみ>

- 福笑いや凧上げなどの正月遊びを楽しもう！

室内では「ばずるやりたい！」と保育者に伝えてパズルに挑戦する姿が見られています。初めは手に取ったピースがどこに当てはまるのかわからず、諦めてしまったり保育者を呼んで一緒にパズルを進める姿がありました。何度も繰り返し行っていく、今ではピースを回転させながら「これはここだね！」と言いながら当てはめて完成することができるようになってきました。難しい時には「いっしょにやろう！」と保育者を誘って一緒に進め、完成すると嬉しそうに保育者に見せてくれます。

食事では個々に合わせて食具の三点持ちに挑戦しています。保育者が手本を見せて持ち方を伝えると「これであってる？」と確認して食べ進める姿が見られました。近くの友だちが困っていると「こうやるんだよ！」と優しく教えてあげる姿も見られています。

今後も幼児クラスに向けてさまざまなことに挑戦していきたいと思います。



<うさぎ組 今月のめやす>

- 冬の自然に触れながら、身体を動かして戸外遊びを楽しむ。
- ごっこ遊びを通して簡単な言葉のやり取りを楽しむ。

<うさぎ組 お楽しみ>

- 戸外でしっぽ取りなどの簡単な集団遊びを楽しもう！

クリスマス製作では、スポンジスタンプで雪の結晶の模様をつけて楽しんでいます。保育者の手本を見て「ぺた！ぺた！」と絵の具をつけ「いっぱいできた！」「もっとやりたい！」と夢中になって繰り返しスタンプしています。飾り付けのシール貼りでは、いつもとは違う素材のシール貼りに挑戦しています。難しそうにする様子もありましたが、キラキラとしたシールに「じぶんでやる！」「ピンクがかわいいの！」と言いながら嬉しそうに貼る様子がありました。完成した作品を見て「きらきらだね！」と目を輝かせていた子どもたちです。

今年度も残り3か月となりましたが、来年も色々な製作を通してたくさんさんの経験や発見をしていきたいです。

<あひる組 今月のめやす>

- 自分の思いを仕草や簡単な言葉で伝えようとする。
- 保育者に手伝ってもらいながら身の回りのことに自分で挑戦しようとする気持ちを持つ。

<あひる組 お楽しみ>

- 雪や霜柱など、冬ならではの自然物に触れて遊ぶことを楽しもう！



ローラーを使って絵の具遊びを楽しみ、クリスマスの帽子を作っています。ローラーが目の前に用意されると“なに？” “はやくやりたいよ！”という様子で、興味津々に手を伸ばしていました。以前まで絵の具に触れることが苦手だった子も、ローラーに興味を示して手を伸ばす姿があり、手に絵の具が付いても気にせずダイナミックに遊ぶ姿が見られていました。ローラーを転がして画用紙に絵の具が付くと「おー！」と声を出したり、画用紙に付いた絵の具を触ってみたりと、さまざまな喜び方を見せてくれ、可愛い帽子が完成しました。

また、12月25日のクリスマス当日は、みんなで帽子を被ってクリスマス会に参加しています。パネルシアターや楽器の演奏でクリスマスの雰囲気存分に味わった後は、サンタさんから届いたプレゼントをみんなで開封して遊びました。

今後もさまざまな行事に参加し、雰囲気を楽しめるようにしていきたいです。

♥ ♥ 保健だより ♥ ♥

あけましておめでとうございます。年末年始の休みはいかがでしたか？休み中も規則正しい生活リズムで過ごせたでしょうか。冷え込みが厳しくなり、体調を崩しやすい時期でもあります。気持ちも新たに健康管理に留意しましょう。

子どもの睡眠

近年、子どもたちの就寝時刻が遅くなり、全体的な睡眠時間も短くなってきています。睡眠のリズムが乱れると、生活リズムも乱れ、成長や発達に影響を及ぼすします。改めて生活リズムについて見直してみましょう。

◆眠りに導く6つのポイント

①早起きの習慣をつけましょう

遅く寝る習慣がついていると、早く寝ることはできません。まずは決まった時間に起きよう習慣づけ、就寝時間を調整していきましょう。

②朝の光を浴びましょう

朝の光を浴びることで生体時計がリセットされ、体が目覚めます。起床後はカーテンを開け、日の光を浴びるようにしましょう。

③お休みの日も昼間の活動をたっぷり取り入れましょう

明るい太陽のもとで、からだを動かすと心地よい疲労で夜間の睡眠が促されます。

④昼寝は時間を決めましょう

昼寝は就寝の妨げにならない時間帯に設定し、決まった時間で起こしましょう。

⑤お風呂は適温で寝る直前はぬるめの温度に設定しましょう

寝る直前に入るときは、39～40℃くらいのぬるめの温度で入浴すると脳の興奮が落ち着き、リラックスできるので寝つきがよくなります。

⑥入眠儀式で睡眠効果がアップします

お風呂、歯磨き、本を読んで寝る、というようにパターン化すると、体のリズムを習慣化でき、入眠しやすくなります。



♥ ♥ お知らせ ♥ ♥

○懇談会について

以下の内容で懇談会を実施いたします。

対象 3～5歳児クラス(クラスごとに行います)

日時 1月25日(土)

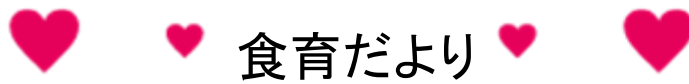
場所 扇こころ保育園

※詳細は、別途お知らせいたします。

○持ち物について

お菓子などの食べものや玩具などは誤食や怪我につながるため、園生活に必要なもの以外は持ち込まないでください。

また、園内で物品の貸し借りや譲渡などは行わないでください。(個人ロッカーを含む)



食育だより

《先月の食育の様子》

～冬至の話～

冬至には運が良くなるように「ん」のつく食材が献立に入っていることを伝えると、「にんじん！」「れんこんもあるよ！」とさまざまな食材を言い当てていました。

食事中には「レアなカードが当たりますように」と願って食べ始める子も見られました。

～冬野菜の話～

冬野菜を見せながら食材の名前を聞くと「はくさい！キャベツかな？」と迷いながらも積極的に参加していました。食事中には「ふゆやさいはいつたよ！」「ぶろっこりーおいしくてぜんぶたべた！」と嬉しそうに伝えてくれました。


《1月献立について》

1月は、1年のはじまりの月です。日本は古来から、節目を大切に作る風習があります。そのため、今月は日本の伝統料理に触れる機会が多くあります。今年も『おせち料理』をはじめ『七草』や『鏡開き』にちなんだ献立を取り入れ、行事の由来と料理に込められた意味を子どもたちに伝えていきます。

今月の行事食 ～正月～

正月とは本来、歳神様をお迎えする行事です。歳神様とは1年の初めにやってきて、その年の作物が豊かに実るように、家族が元気で暮らせるように見守ってくれる神様です。また、おせちやお雑煮を食べて神様からのご利益をもらいお祝いします。

《季節のおすすめレシピ ～バナナ春巻き～》

材料(幼児4人分)		作り方	
春巻きの皮	4枚	<ol style="list-style-type: none"> バナナを4等分(縦2等分、横2等分)にし、塩水又はレモン水につけておく。(褐色防止) 水気をよく切り、グラニュー糖をまぶす。 春巻きの皮で包み、片面のみ油を薄く塗る。 オーブン210℃で7～9分焼き、完成！ 	
バナナ	1本		
グラニュー糖	小さじ2		
サラダ油	小さじ2		
		冬が旬の小豆を使ったあんこを入れるのもおすすめです！	

《家庭で出来る食育のポイント》

【いろいろな柑橘に触れてみよう！】

スーパーでもたくさんの種類が並ぶ柑橘は、寒さが増す冬が旬の果物です。皮をむいたり、果汁を絞ったり、匂いをかいだり、食べたりと、柑橘に触れる事で子どもの五感が刺激されます。ぜひ今が旬の柑橘に触れてみてはいかがでしょうか。

