



令和6年10月号(第19号)  
社会福祉法人東京児童協会  
学び処世田谷保育屋敷わびさびあそび  
園長 清水 岳大

残暑厳しい中、ようやく気温も下がり始めて夏が終わったと感じられるようになってきました。季節の変わり目は体調も崩しやすくなるので、日々の生活リズムなどが崩れないように規則正しい生活を遅れるようにしていきたいですね。

暑さにより戸外活動が制限される中、室内で過ごす場面が多い夏でした。こども達も室内で様々な活動を行ってきましたが、その中でも今回はルールのある遊びについて少し焦点を当ててみたいと思います。ルールのある遊びとは、一定の決まりごとのある遊びになります。

私たちの生活の中には様々なルールがありますが、こども達は日常の生活を通して、少しずつ決まり事に触れていくことで、決まり事を守らないと不都合が生じたり、遊びが楽しくなくなってしまうという経験を重ねて、決まり事を守る大切さを理解していきます。

ただ、ルールを守るとは決まり事を守る大切さを知るというだけではありません。他にも様々な力を育ててくれると思っています。

まずは「社会性」です。ルールを守るという事は自己主張だけでは成り立たず、ある程度折り合いを付けながら他者と関わる必要があります。次に「根気や集中力」が養われます。教えて身につくようなスキルではないため、ルールを守りながら楽しく続けることで徐々に根気や集中力を身に付けていきます。そして「負け」の経験ができます。負けた悔しさを知っているからこそ、相手の気持ちを理解することが出来るようになるのではないのでしょうか。また、次に向けた工夫や改善策を考えるきっかけにもなります。その他にもルールの内容によっては「言語、文字、数、推理力、瞬発力、判断力」といった幅広い力につながってきます。

大切なことは、ルールのある遊びを無理に押し付けるのではなく、楽しみながら行うことです。始めから全てを理解できなくても、繰り返し経験することでルールが定着し、一緒に遊ぶ仲間とのやり取りを通して様々な力を獲得していくことが出来る。保育園という環境だからこそ、引き続きこども同士でたくさんの経験を重ねていけるようにしていきたいと思います。

### <集金について>

下記の日程で各種の集金をさせていただきます。  
お釣りのないようにご用意ください。

【対象】・延長保育料 ・スポット延長保育料  
・給食費 ※幼児クラス該当者のみ  
【集金袋配布日】10月4日(金)  
【集金日】 10月18日(金)締め切り



10月の予定	
8日	0歳児健診
9日	体育指導(幼児クラス)
11日	誕生会
22日	0歳児健診
26日	わびさびスポーツデイ事前説明会
31日	ハロウィン
その他	身体測定

11月の予定	
5日	わびさびスポーツデイ(はな組)
6日	わびさびスポーツデイ(ほし、つき組)
12日	0歳児健診
14日	誕生会
20日	体育指導(幼児クラス)
26日	全園児健診
その他	身体測定



## <0歳児 あひる組>



### 「どんな秋に会えるかな？」

朝晩は涼しい気温が続き、秋の訪れを感じられる季節になりました。早いもので1年間も折り返しになります。入園当初を思い返すとハイハイで移動したりその場でずり這いの体勢で手足を動かしていたり、慣れ保育ではなかなか保育者と離れられなかったり。そんなあひる組の子ども達も今では保育室に入るとすぐに玩具を手に取り、友だちに近付き笑顔を見せてくれます。半年間の成長を振り返りながら残りの半年間も一日一日を大切に過ごしていきたいと思います。

さて、9月はまだまだ暑い日が続いていました。感触遊びでは片栗粉を使用し、ドロドロに汚れるまで手で感触を楽しむ姿が見られました。初めての活動にはやはり戸惑いや驚きが付き物ですが、保育者が一つ一つ見せたり一人一人のペースに合わせたりすることで子ども達も自然と楽しいという気持ちが芽生えるように関わることで活動に慣れることができました。

食事面では好き嫌いやこだわりが出てくるようになり、“今はご飯の気分じゃないな”や“おかずしか食べたくない”といった気持ちを指差しや首を振るなど意思表示も少しずつ増えてきており大きな成長を感じています。そんな時は子どもの気持ちを汲み取り、満足するまで食べられるように援助しています。ぜひご家庭での食事の様子も教えてくださいね。

10月は季節の変わり目でさらに体調管理が難しくなってくるかと思えます。全員が元気に過ごせるように保育園でも温度や衣服調整などこまめに確認していきますのでご家庭でも生活リズムを整えて元気に登園してくれることを待っています。

### 【ねらい】

- ・秋の自然を見つけに行こう。

## <1歳児クラス うさぎ組>



### 「みずあそびだいすき！」

水遊びへのご協力ありがとうございました。暑かった夏に負けず、水遊びを思う存分に行うことができました。水に苦手意識をもっていた子も最後には全身びしょびしょになるくらいまで思いっきり遊んでいました。

先月と比べて随分と日が短くなり、秋の訪れを感じます。新入園児は入園してから、在園児は進級してから半年が経ちました。最初は、不安から涙を流す子や歩けなかった子もすっかりたくましくなり、自分で好きな遊びを見つけて遊び込む姿や、運動遊びでダイナミックに体を動かすことを楽しむ姿を見ると成長を感じます。今後も子どもたちが保育園に行きたいと感じられるように環境を整えていきます。

そして、いよいよお散歩が始まります。こども達は、水遊びの期間に自分で帽子や靴を用意する姿が見られ、身の回りのことへの意欲が見られました。今後もこどもたちの意欲を伸ばしつつ、こどもに一人ひとりに合わせた関わりをしていきたいと思えます。

戸外では、保育者と一緒に秋ならではの自然を見つけたり思いっきり身体を動かしたりして遊びを楽しんでいきたいと思えます。

### 【お楽しみ】

- ・寒暖差に気をつけながら、一人一人が健康に過ごせるようにする。
- ・秋の自然に触れながら、戸外遊びや散歩を楽しむ。



## <2歳児 ひよこ組>



### 「ばしゃばしゃ楽しい水遊び！」

水遊びへのご協力ありがとうございました。暑かった夏に負けず、水遊びを思う存分に行うことができました。全身びしょびしょになるくらいまで思いっきり遊んでいました。

気温もようやく秋の訪れを感じられるようになってきて、「すずしいねー」や「きょうはみずあそびするかなー」と話す様子が見られています。夏の虫の姿も少しずつ見られなくなり、秋の虫が増えてきました。子どもたちも新しい虫を発見すると「なんのむしだろう」と観察をしたり図鑑を開いたりして眺めていました。

今月は少しずつ散歩活動を再開していきたいと思います。帽子を付けて、靴下を履いて、靴を履いて…少しずつ流れを思い出しながら一緒に準備をしています。城址公園にはドングリや松ぼっくりが落ちており子どもたちは「みつけた！」「あったよ！」と見つけながら秋の自然を少しずつ感じていました。これからも秋の自然を楽しんでいきたいと思っています。

#### 【お楽しみ】

- ・お散歩に出よう！
- ・たくさん自然を見に行こう！

## <幼児クラス はな・ほし・つき組>



### 「季節も変わりはじめて」

7月から始まった水遊び。今年は残暑が長引き、9月後半まで目一杯に楽しむ事ができました。頭から水を被り「あー！きもちいい！」と全身ずぶ濡れだった子どもたちでしたが、9月に入り濡れた衣服や風の冷たさを感じ始め「つめたい」「ちょっとさむいかも」と呟くようになりました。

そんな頃に行ったのが洗濯ごっこと色水遊び。絵本「せんたくかあちゃん」を読むと一人一人がかあちゃんに変身。「ごしごし」と呟きながら一生懸命な表情を浮かべ、「かあちゃん、おにもあらってたよね」「なんでもあらっちゃうよ」と絵本の世界観に入っているようでした。また、色水遊びでは駐車場に咲いている朝顔の花びらを水の中に入れると「え？おなは？」と初めは不思議そうな表情でしたが、次第に色付く様子に「いろかわってきた」「むらさきいろになった」と色水に釘付けな子どもたち。きれいに水が染まると「これみてよ」「きれいになったよ」と得意気です。

秋の訪れと共に終えた水遊びですが、水の感触や冷たさはもちろんのこと、絵本の世界に入り込んだり、色の変化に興味を持ったりと、様々な面白さを感じられたのではないのでしょうか。

そして、これからはお散歩も再開します。安全面に最大の注意を払うのはもちろんのこと、春のお散歩とはまた違った自然や景色の中で子どもたちが何を見つけ、何に気付くのか、どんな表情を浮かべるのか楽しみです。

水遊びバッグやチェック表への記入、ご協力ありがとうございました。

#### 【お楽しみ】

- ・散歩にでかけ、秋の自然に触れてみよう
- ・運動遊びで身体を沢山動かそう

日中はまだ暑さを感じますが、朝夕は涼しくなり、秋へ移り変わっているのを感じられるようになってきました。秋は「スポーツ」「読書」「芸術」と色々なものに集中して楽しめる季節です。秋晴れの休日は外で十分に体を動かすのがおすすめです。

## 👁️👁️ 10月10日は目の愛護デー 👁️👁️

10を横にすると、眉と目に見えることから10月10日は「目の愛護デー」と名付けられました。

### 👁️ 正しいケアで守りましょう

目という部位は、外の世界と接しているため、傷つきやすいです。目の異常は早期発見が大切です。子どもは自分の目に異常があってもなかなか訴えることができません。大切な目を守るため、正しいケアを知っておきましょう。

#### 前髪はスッキリと

前髪が長いと、毛先が目に入って目を傷つけたり炎症を起こすこともあります。前髪は目に入らない程度に揃えるか、結びましょう。



#### 目やにはそつと、外側に向かって拭く

清潔なタオルや清浄綿を目やにに当て、そのまま外側に拭き取りましょう。汚れが目の中に入るのを防ぎます。乾いた目やにはふやかしてから取ってあげましょう。



#### 目やにが多いときは病院へ

目やには自然に出るものですが、

- ★目やにの量がいつもより多い
- ★2～3時間で目やにがたまる
- ★黄色や緑色の目やにが出ている

などの症状が見られる場合は、炎症が起こっている可能性があります。早めに受診しましょう。

### こんなサインに注意！

- 頭を傾げる ●目を細める ●上目使いや横目で見る ●異常にまぶしがる ●斜視がある

### 見え方をチェックするのは「正面」から

左右の目の焦点、ものを見る様子を知るには、紙芝居がおすすめです。

## 熱性けいれんについて

熱性けいれんは、6カ月～5歳ごろの子どもが急な発熱に伴って意識障害、けいれんを引き起こす病気です。通常38℃以上の発熱時で急激に体温が変化するとき起こり、半数近くが繰り返しますが、成長に伴い6歳前後でほとんど起こさなくなり経過は良好です。実際にけいれんを見ると慌ててしまいがちですが、以下の手順に沿って落ち着いて対応すれば大丈夫です。自宅でけいれんが起きた際は保育園にもお知らせください。

### 熱性けいれんの対処法



### おうちケアのポイント

### Point 寝かせて観察

平で安全な場所に寝かせ  
吐いたものが喉に詰まらないように顔を横に向け、よく観察します。(上記のポイントを参照)



〇吐いたものがつまらないよう横にする

### やってはいけないこと

- 口の中に物や指を入れない
- ゆすったり叩いたりしない
- けいれん中や直後は飲み物や飲み薬は与えない(誤嚥の可能性あります)





幼児クラスでは、十五夜の月見団子作りやお彼岸のおはぎ作りなどの日本の伝統行事に触れる活動を行いました。



## 非公開



## 10月献立について



「いただきます」「ごちそうさま」の言葉には、食べ物の命をいただくことへの感謝の意味が込められています。毎年、『鮭の解体』を通して、言葉の意味や私達の体と心の栄養になっていることを伝え、残さず食べる気持ちや食材への感謝の気持ちを育てています。

秋野菜である、芋類やきのこ類、根菜などがたくさん取り入れた献立となっています。秋野菜は、夏の疲れをとり、体の調子を整えてくれる栄養素がたくさん入っています。しっかり食べて、天気や気温の変化に対応できる体作りをしていきましょう。



## おすすめレシピ



### 【さつまいもプリン】

<材料> ゼリーカップ2個分

- ・さつまいも ...150g
- ・牛乳 ...200g
- ・グラニュー糖 ...大さじ1
- ・ゼラチン ...3g
- ・水(ゼラチン用) ...大さじ2
- ・メープルシロップ ...小さじ1

#### <作り方>

##### ◎下処理

- ・皮をむいたさつまいもを一口大に切り、水にさらしておく
- ・ゼラチンは分量の水でふやかしておく

- ①鍋にさつまいもと水を入れ茹でる
- ②やわらかくなったらお湯を切り、さつまいもを潰す
- ③砂糖を加えてさつまいもの粒がなくなるよう練るように混ぜる  
※ミキサーを使用したり、裏ごしをしたりするとなめらかに仕上がる
- ④牛乳を少量ずつ加え、都度混ぜる
- ⑤溶かしたゼラチンを加え混ぜる
- ⑥器に分けて、冷蔵庫で冷やし固める
- ⑦メープルシロップをかけて出来上がり



10月10日は

～目の愛護デー～



10/10を横から見ると目と眉の形に見えることから、『目の愛護デー』と名付けられています。

園でも、ビタミンAやDHAなどの目に良い栄養素が多く含まれている食材を使用したメニューとなっています。

さつまいもをつぶしてみよう



蒸したさつまいもをマッシュする作業は、手軽にできて、指先を使う練習にもなります。

秋の味覚のさつまいもの感触や香りを楽しみながら、親子で楽しくクッキングに挑戦してみてくださいはいかがでしょうか。