



令和6年9月号(第18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

8月は宮崎県で発生した地震に伴い「南海トラフ地震臨時情報」、台風7号による関東直撃の予報があり、台風10号による九州地方での被害も見られました。東京でも台風の影響を受けた大雨によって、区内でも避難指示が発令される程でした。どれも結果的には大事には至らなかったと安堵しておりますが、今後もいつ何時大きな災害が発生するとも限りませんので、日々のシミュレーションや訓練を重ねて、いざという時に冷静に対処できるように備えていきたいと改めて感じました。

備えのひとつが先日行った引き取り訓練があります。保護者の皆様におかれましても、訓練へのご協力ありがとうございました。当日は台風10号の影響を受け、午前中は大雨に見舞われ、訓練という名の本番になってくるのではないかと心配でしたが、おおむね雨は落ち着いていたのでホッとしました。

災害時、緊急時には園が臨時休園するような事態も想定されます。そういった場合、世田谷区内の保育園同士の連携が行われます。園が臨時休園となってもエッセンシャルワーカーを始め保育の必要性があるご家庭に対しては臨時の預かりを行うことがあります。その際は区内数か所の園を開園して保育を行います。

園が開園している時間帯で災害が起きる機会は少ないとは言えません。基本は園内での待機になりますが、万が一破損などにより園舎での避難が困難となった場合は、園外避難も想定されます。広域避難場所としては国士舘大学一帯、指定避難場所としては城山小学校が対象となっておりますので、これらの施設を利用する可能性がありますのでご承知おきください。

引き続き、災害意識を高めていけるよう訓練を積み重ね、緊急時にも安心安全な保育の継続ができるよう務めてまいります。

< 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】9月6日(金)

【集金日】20日(金)締め切り



9月の予定

10日	0歳児健診
18日	体育指導(幼児クラス)
20日	誕生会
24日	0歳児健診
その他	身体測定

10月の予定

8日	0歳児健診
9日	体育指導
11日	誕生会
22日	0歳児健診
その他	身体測定



<0歳児 あひる組>



「つめたい！」

暑い日が続いていますが園では沐浴や氷を使った感触遊びを行ない涼を感じられるようにしています。沐浴にも慣れ沐浴後は心地よさそうにしているあひる組さんです。

8月からは氷を使った感触遊びを行ないました。初めて行った時は、興味津々で氷を持って遊ぶ子どもや冷たい感触に不安になり泣きだしてしまう子どもなど様々な表情を見せてくれました。何度も繰り返しながら保育者が「冷たくて気持ちいいね」や「楽しいね」と声を掛けることで、子どもたちも安心し自分から氷の入ったバケツの所まで移動し手を伸ばすようになりました。泣いていた子どもたちも段々と笑顔になり、シートの上に氷を出したり転がしたりとダイナミックに遊ぶ姿が見られるようになりました。引き続き感触遊びや沐浴を取り入れ暑い日々を心地よく過ごせるようにしていきます。

9月からは戸外が涼しくなると散歩も始まります。様々な自然に触れながら楽しく園生活を送れるように活動を行っていききたいと思います。

【9月の目標】

- ・保育者と一緒に触れ合い遊びや体を動かして遊ぼう。

<1歳児クラス うさぎ組>



「暑さになんか負けないぞ！」

まだまだ暑い日が続いていますが、子どもたちは暑さに負けず毎日元気いっぱい過ごしています。8月は水遊びをたくさん行なうことができました。保育者が「お水遊びいく？」と聞くと「いく！」「はい！」と水遊びを楽しみにする子どもたちの姿が見られます。水遊びでは、水に触れて「冷たい」や「気持ちいい」を肌で感じ、全身を使って思いきり遊んでいます。日に日に遊び方もダイナミックになり気が付くとびしょびしょになっている子どもたち。水遊びの中で、水や氷の感触を感じたり、シャベルやジョウロを使って水を掬ったり、流したりと思い思いに楽しんでいます。また、その中で保育者や友だちと一緒に遊んだり、簡単なやり取りをしたりと関わりながら遊ぶ姿も少しずつ見られます。

9月もまだまだ暑い日が続きそうですが、季節の移り変わりで寒暖差もあり体調を崩しやすくなります。保育園ではその日の気温や活動に合わせながら室温調整や水分補給、着替え等を促し9月も健康管理に十分気を付けていきます。

【お楽しみ】

- ・簡単な身の回りのことに興味を持つ。
- ・探索活動をする中で木の実や葉など身近な自然に触れる。



<2歳児 ひよこ組>



「ばしゃばしゃ楽しい水遊び！」

蒸し暑い日が続く中、ひよこ組は水遊びを楽しんでいます。霧吹きやシャワーヘッドでお友だちや保育士にかけ「つめたーい！」と表現しながら遊んでいます。水遊びが終わるころには保育者も子どももびしょ濡れになりなっており「またあしたもやろうね」と話しながら着替えをしています。

また、室内では遊びの中で自然にズボンの着脱動作が繰り返されるようにスカートを用意すると、気に入った様子で男女問わずスカートを履いて遊んでいます。これからも遊びを通して、子どものやってみようの気持ちを引き出して様々な経験につなげていきたいと思ひます。。

暑い日は水遊びを行ない、気温が涼しい日はお散歩に出かけていきたいと思ひています。まだまだ暑い日が続くと予想されますが、熱中症や秋に向けて気温差での体調の変化に気を付けながら過ごして行きたいと思ひます。

【お楽しみ】

- ・水遊びを楽しもう！
- ・粘土や寒天遊びを楽しもう！

<幼児クラス はな・ほし・つき組>



「作って、遊んで、縁日ごっこ」

お部屋の環境がピザ窯から池に変わり、保育者が金魚を作っていると「なんだろう？」「これなあに？」と関心を示す姿が見られ、みんなで金魚作りを行ないました。材料が置いてあると自分で作り、できあがると池に流して眺めます。また、制作コーナーにはお面作り、ままごとコーナーには毛糸やフェルトを用意して焼きそば屋さん等、少しずつ形になってきたところで『なんだかお店屋さんみたいだね、やってみない？』と話す、「いいね！」「やってみたい！」と期待を膨らませる姿が見られました。『でもこれだけだとお客さんが来ないかもしれない・・・』と伝え、みんなで考えますが、なかなか思いつきません。『ゲームみたいな遊びはどうか？ボーリングってわかる？』『それとくじ引きもやりたいんだけど景品がないの。』と伝え、「けいひんつくりたい！」と伝え、様々なお店ができあがっていきました。

お店屋さんとお客さんに分かれて順番に行ない、それぞれの役割を体験し、いよいよ縁日ごっこの始まりです。縁日ごっこの日には乳児クラスの友だちも参加しています。どのように接したらいいか少し戸惑う子もいましたが、「どれにする？」「こうやってやるんだよ」など、声掛けを工夫しながら関わる姿が見られました。また、お客さんをやってみて「つぎはくじびきのてんいんさんになりたい」等、縁日ごっこが終わっても、楽しかったことや嬉しかったことを思い出して話す子ども達。しばらく縁日ごっこ熱は続きそうです。

今後も園で子どもたち発信できるように日常から引き出して形にしていけたらと思ひます。

【お楽しみ】

- 秋の自然を見つけに行こう！
- 簡単な決まりがある遊びを通して身体を動かそう！



暑い夏を元気いっぱいにご過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出るころです。残暑は続きますが、気温の変化で体調を崩さないように、体調管理をしっかりしていきましょう。

8月30日～9月5日は防災週間

先日大きな地震がありました。これから台風シーズンも来ます。災害はいつ来るかわからないものです。日頃から災害への備えをしておきましょう。

9月1日は防災の日

もしもの時、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。また、定期的に中身をチェックし、水や食料品など期限切れの物が入っていないか確認しましょう。

乳幼児がいるご家庭で準備しておきたい物

- ✓ 防災頭巾・ヘルメット・帽子
- ✓ 抱っこ紐
- ✓ おむつやパンツ
- ✓ おしり拭き(体拭きにも使用できます)
- ✓ 粉ミルク・哺乳瓶(使い捨てのものもあります)
- ✓ ベビーフード
- ✓ おもちゃ
- ✓ 母子手帳、健康保険証
- ✓ スーパーのレジ袋
- ✓ ホイッスル・笛

9月9日は救急の日

子どもの事故はおうちの中で多くおきています。事故を防ぐヒントは『ヒヤッとした』時。なぜヒヤッとしたのか見直すと、次の事故を防げます。

①**ダメ！危ない！はそこが危険のサイン**
叱って制止するより安全な環境整備をしましょう

②**一度あれば二度、二度あることは三度ある**
理由や原因を考え対策をとりましょう

③**大人も一緒にやってみる**
子どもの目の高さで危ないところはないかチェックしましょう

救急車を呼ぶべきか迷った時は…

- ・救急相談センター「#7119」
- ・全国版救急受診アプリ(愛称「Q助」)
- 子どもの病気やケガの相談は…**
- ・小児救急電話相談「#8000」
- 誤飲・誤食など、中毒が疑われる時は…**
- ・つくば中毒100番「029-852-9999」

子どもの生活リズムについて

子どもの頃から規則正しい食習慣を身に付けると、生活リズムが整うだけでなく、将来の生活習慣病予防にも繋がります。生活リズムは4歳ごろにほぼ完成すると言われています。乳幼児期に生活習慣をしっかり身につけるようにしましょう。

1.早起して「朝の光」を浴びましょう。

人間の脳には体内時計という機能があり、朝の光を浴びると体内時計がリセットされ、1日の生活リズムが整います。

2.朝ごはんを食べましょう。

朝ごはんを食べることで、眠っていた脳や身体が目覚めます。また、毎朝決まった時間に朝ごはんを食べることで、身体のリズムが整います。

3.寝る前の環境を整えましょう。

寝る前のテレビやスマートフォンの使用は、脳や身体の成長、回復に必要なホルモンである「成長ホルモン」の分泌を妨げます。そのため、寝る1時間前は使用を控えましょう。

理想的な睡眠時間

0～3カ月	14～17時間
4～11カ月	12～15時間
1～2歳	11～14時間
3～5歳	10～13時間

◆「早寝早起き朝ごはん」実践のヒント

- ① 朝起きたら、カーテンを開ける
- ② 子どもと一緒に体を動かして遊ぶ
- ③ 時間になったら、寝るように促す
- ④ 栄養バランスの取れた食事をしっかりとかんで食べる
- ⑤ テレビやゲームなどについて家族でルールを決める
- ⑥ 寝る前の「お約束(絵本の読み聞かせや子守歌など)」をつくる



(「早寝早起き朝ごはん」全国協議会：「幼児のための早寝早起き朝ごはんガイド」より)



食育だより

先月の食育の様子



とうもろこしの皮むきを行ない、大きなとうもろこしに苦戦しながらも「見てひとりではできたよ」「もっとやりたい」と積極的に取り組んでいました。

1歳さんは初めて触る生の野菜に興味津々な様子。お気に入りの野菜を持ってみたり匂いを嗅いでみたりとそれぞれ楽しんでいました。



非公開



9月献立について



「食欲の秋」や「運動の秋」、「読書の秋」などさまざまな秋が楽しめるこの季節。9月はきのこやさつまいも、梨といった秋の実りを使用した心も体もほっこりできる献立となっています。また17日には十五夜献立が登場。栗おこわやお月見つくねなど、食事を通して日本の文化に触れられる工夫をしています。

季節のおすすめレシピ

＜材料 幼児4人分＞

- ☆ 米粉…40g
- 薄力粉…20g
- ベーキングパウダー…2g
- 全卵…20g(常温に戻す)
- 牛乳…20g
- バター…12g
- グラニュー糖…16g
- 人参…16g
- ピーマン…5g
- ベーコン…20g
- プロセスチーズ…16g

＜作り方＞

- ①☆をあわせてふるう。
- ②オーブンを180℃に温めておく。
- ③バターとグラニュー糖をすりませる。
- ④③と溶きほぐした卵、☆、お好みの大きさにカットした具材をさっくりと混ぜる。
- ⑤④をマフィンカップにいれ、あたためておいたオーブンで20～25分焼き上げ、完成。

旬の野菜やきのこをいれても
おいしいです♪



9月17日は

～十五夜～



中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は美しい月を見ながら収穫に感謝する日と言われ、十五個のお団子をお供えます。当日は綺麗な満月が見えるといいですね



きのこさきをしてみよう



きのこを割いたり、ちぎったりすることで普段何気なく食べているきのこの不思議な形や香りをしっかりと観察することができます。実際に自分の手で触れ、香りを感じる体験が食への興味を持つきっかけになります。