



# 6月園だより

令和3年5月31日 発行

社会福祉法人東京児童協会 大和東保育園  
〒207-0011 東京都東大和市清原 2-2-2

Tel : 042-561-2958

## 【楽しい季節のうつろい】

若葉の頃より少し濃くなった、アプローチの紫陽花は濡れたような若い葉を次々に広げて目に染み入ります。もうすぐ夏、間もなくゴールデンウィークと待ちわびていた時季が過ぎて季節も変化の時を迎えます。暦の上では立春から数えて135日目を「入梅」といい、気象学上は春の終わりであるとともに夏の始まり（初夏）とされており、この日から梅雨となります。各クラスの保育も2か月を経過して環境に溶け込んであそぶ姿が見られます。子どもたちのあそびをじっくり観ていると「このおもちゃは幼すぎるよ」「この環境が楽しいよ」「友だちと一緒に遊んでうれしいよ～」等々、心のつぶやきが聞こえてきます。

その姿を的確に受け止めてわたくしたち大人が為すべきことをしっかり考えて保育をしていきたいと思えます。

## 【毎日同じ流れで過ごすことが安定につながります】

入園、進級から2か月が経過しました。各クラスが、子どもたちの安定した生活を整えていくために、細やかな話し合いを繰り返し、気になる点は速やかに見直し、生活やあそびの環境を整えてきたことで、どのクラスも安定した1日の流れで過ごしています。今月も室内あそびと戸外あそびのバランスをとりながら、『どんな工夫ができるか』『どのようなことばをかけたらいいか』『どこで手をかけると子どもたちの自主性が育つ支援につながるか』等々を考えて保育をしていきたいと思えます。

## 【夏祭り開催について】

7月10日（土）夏祭りを予定していましたが、今年度は新型コロナウイルス感染対策として平日の保育の中で保護者は不参加とし園児と職員のみクラス単位で実施することとなりました。ご理解、ご協力よろしくお願いたします。

### 【育児コラム～睡眠と神経のつながり～】

寝不足だとなんか調子が悪いな…なんて経験がある方は少なくないと思います。睡眠には自律神経のバランスを整える役割があります。自律神経とは、交感神経（活動神経『活動中・緊張・ストレス時』に働く神経）と副交感神経（リラックス神経『休息中・身体を回復時・リラックスしている時』に働く神経）です。この2つの神経は、普段は、シーソーのように交互に働いています。交感神経が働いている時は副交感神経はお休み、この逆もあります。例えば、人前でのスピーチで緊張して、ドキドキしたことはありませんか？これは、緊張により、交感神経が働き、血管が細かくちぢまり、ちぢんだ細い血管に血液を流すため血圧をあげ、心拍数を上げるため、ドキドキするのです。交感神経と副交感神経は身体の様々な部位に影響を与えます。交感神経が働くこと自体は問題はありません。しかし、交感神経ばかり働き、副交感神経が十分に働けないことは問題です。交感神経ばかり働くと、①筋肉が硬くなる→②血管がちぢみ、栄養や酸素が行き渡らない→③身体の流れが悪くなり、老廃物が排出されない→④身体の回復や新陳代謝が進まない→⑤身体の不調・日中も疲れたままの身体に。。自律神経のバランスが整い、昼間の疲れが回復され、日々元気に過ごせるよう夜の睡眠をしっかり確保できるといいですね。

## お知らせ



### ●清拭について

汗をかく時期になりました。

入室時に清拭を行ってまいりますので、タオルの準備をよろしく願いいたします。

### ●歯科検診について

15日（火） 13:00～より歯科検診を行います。

なるべく欠席なく、お迎えの時間にもご配慮頂きますよう、よろしく願いいたします。

また、当日の朝はご家庭で歯みがきを丁寧にして来て頂くよう、お願いいたします。

### ●着替えについて

園庭では砂遊びや泥遊びをする為、衣服が汚れることもあります。また、全ての持ち物には必ず記名をして頂きますよう、ご協力お願いいたします。

| 日  | 月            | 火                    | 水  | 木          | 金           | 土  |
|----|--------------|----------------------|----|------------|-------------|----|
|    |              | 1                    | 2  | 3          | 4           | 5  |
| 6  | 7<br>身体測定（幼） | 8<br>身体測定（乳）         | 9  | 10<br>避難訓練 | 11<br>0歳児健診 | 12 |
| 13 | 14           | 15<br>歯科検診<br>13:00～ | 16 | 17<br>誕生会  | 18          | 19 |
| 20 | 21           | 22<br>杉アート           | 23 | 24         | 25          | 26 |
| 27 | 28           | 29                   | 30 |            |             |    |

# はなぐみ

## 戸外活動

5月になり、2名新しい友だちが増え、花組は19名となりました。6月にはさらに1名増える予定となっており、20名となります。

園庭では、花びら拾いや虫探しが人気です。虫眼鏡を持って園庭に行くと「ありんどこ？」と虫眼鏡を覗き込みながらアリやテントウムシ等の虫を一生懸命に探しています。その姿に年下のクラスの子たちも興味津々で「なにしてるの？」と話しかけられることもしばしば。「むしさがしてるんだよ！」「むしがおおきみえるの！」年下の子たちに一生懸命に説明したり、捕まえた虫を実際に虫眼鏡越しで見せてあげたりしており、その姿はすっかりお兄さん、お姉さんです。虫を探すのは男の子たちが多く、女の子たちは虫よりも花壇の花を観察することに夢中です。「うわー、あしがながいよ！」「なんかもようがある！」と虫眼鏡を見て分かる発見に驚く子どもたち。驚き方が毎回大きく、見ている大人たちは思わず笑ってしまう程です。これからも虫眼鏡を通して様々な発見が楽しめるようにしていきたいと思います。



## 英会話 A B C D

月に一度、英会話があります。乳児クラスの時にはなかった活動で、初めて参加した時は表情が固まり緊張していた子どもたち。英会話は歌ったり、音楽に合わせて身体を動かしたりと楽しみながら英語に触れる内容となっています。音楽が鳴り、講師の方が楽しそうに踊り始めると自然と笑顔になり、動きを真似したり英単語を真似して発音したりと緊張していたのが嘘かのように楽しんでいました。活動が終わった後も「たのしかったね」と言ったり、講師の方に話し掛け玩具の説明をしたりと積極的に関わっていました。

今後も楽しみながら英語に触れたり、外国の方と関わることを楽しめるようにしていきたいと思います。※緊急事態宣言が発令されている時は、中止になることもあります。



# ほしぐみ



天気や自然の移り変わりに、季節の変化を感じている子どもたち。

先月、ほし組ではファーム活動をしました。はな組の頃は小さな花壇に『パンジー、ビオラ』を植えました。今年、畑の一角を使って、『かすみ草、ダリア、ラベンダー、アーティチョーク』を植えました。「ここの畑に植えるよ」と伝えると「わーおおきい」「はたけだ〜！」と大喜びしていました。土や花に栄養がいくように畑を耕して肥料を入れることを伝えると「おはなのごはんってことだね」と言って、一生懸命耕してくれました。花を畑に移すのは保育者が行いましたが、「きれいにさきますように」「おおきくなりますように」と願いを込めて見守っていました。

今後も子どもたちと一緒に水やりをしたり観察をしたりしてお花の成長を楽しんでいきたいと思いません。



## 1 2 3 ワンルーフゼミ

今年度から“ワンルーフゼミ”が始まりました。椅子に座って勉強をするという形ではなく、お集まりの中で玩具や教材を使って行う中で興味、関心を持てるようにするという内容になっています。紙芝居を読んで記憶し、お話の振り返りをしたり、絵カードやリボンを使って大きさや長さの比較をしたりしています。始めた頃は、「おべんきょう??」「むずかしそう…」と不安になったり「はずかしい…」と答えるのを躊躇ったりしていましたが、今では自信満々で手を挙げて答えたり、みんなの前に立って発表したりしています。また、反対言葉カードや早口言葉カードを使って言葉に触れたり、数字カードや平仮名カードを使って数字や文字に触れたりしています。遊び感覚で楽しみながら理解力や判断力が身に付けられればと思います。



# つきぐみ

## 当番活動

5月の半ばから当番活動を始めました。去年度のつき組さんからどうやって当番をやるのか話を聞いてから「いつからはじめるの？おやつとうばんはあんないするんだよね？」と楽しみにしていた様子でした。4種類の当番を5人ずつのチームになって行います。張り切り過ぎている子がいたり、恥ずかしがっている子がいたり様々ありますが、どの子も目を輝かせながら当番活動をしているのが印象的です。時計当番は朝から活動前の片付けの時間をホワイトボードで確認をして友だちに教え、片付けの時間になったら皆に知らせるという役割です。ホワイトボードを見ることに慣れていない為、少しずつ練習しています。片付け当番は皆が片付けをした後に椅子が出ていたら入れてくれたり絵本の整理をしてくれたりしています。手伝い当番はファームの水やりをしたり、園庭での体操の先導をしたりしています。おやつ当番は椅子をセッティングしたり年下児を案内したりしています。まだ、始めたばかりなので全員が全ての当番を経験していませんが今後も無理することなく楽しんで役割をしてもらえようとしています。



## ファーム活動



ゴールデンウィーク明けに皆で畑を耕し野菜と花を植えました。耕すのが大変で「たいへんだね。」「これでいい？」と早く終わらせたい様子の子どもたちでしたが、保育者から「皆が一生懸命、耕すことで野菜たちが大きく育つかも说不定だよ。」と言われ張り切って最後まで頑張ってくれました。ナス、白キュウリ、ピーマン、枝豆、グラジオラスを植えました。野菜の苗を見て「これはむらさきだからなすかな？」「こっちはなんだろう？」と興味津々な子どもたち。ポットから苗を出すことに苦戦していましたが優しく丁寧に出して植えていました。枝豆は等間隔に指で土に穴をあけて種をまきました。一度種をまいて土を被せると、まいた場所が分からなくなり「ここだったっけ？」と子どもたちで確認しながら行っていました。グラジオラスは球根を植えて「きれいなおはながさくといいな。」と楽しみにしています。定期的に草むしりをして元気に育てられることを子どもたちと一緒に楽しみにしています。すでに大きくなってきた野菜を見て「のびてきてる！」と大興奮のつき組の皆です。今後も水やりをしたり観察日記を書いたりしながら植物を育てることの大変さや美しさを知っていけるようにします。





まもなく梅雨の季節です。季節の変わり目には体調が変化しやすいため、子どもたちの体調管理には一層気をつけながら過ごしたいと思います。

連休明け頃から、1人ひとりに大きな成長が見られています。腹這いの姿勢で手が届く範囲の玩具を触って遊んでいた子が、足で床を蹴って方向転換したり、ずり這いで少しずつ進むようになってきたりしてきました。ずり這いの頻度が増えた子たちは、室内では興味のある玩具へ積極的に近づいたり、テラスでは園庭の砂を目指して進み、砂を触って感触を楽しんだり、活発に動き回る姿が見られています。伝い歩きや歩行をしていた子どもたちも以前に比べてその頻度が増し、離れた場所の玩具に向かう姿も見られ、行動範囲がさらに広がりました。興味のまま移動する子どもたちの表情は、生き生きと嬉しそうです。

そのような子どもたちの成長に日々感動し、笑顔からは元気をもらっています。今後も、ご家庭の様子も伺いながら、引き続き成長を見守っていききたいと思います。



## ひよこぐみ

早いもので、進級・入園してから2ヶ月が経ちました。子どもたちは、園生活にだいぶ慣れ、笑顔がたくさん見られるようになりました。

今回は製作について話をしようと思います。5月の製作として、てんとう虫の体の模様をタンポでスタンプをしました。初めてタンポという道具を使って製作をしたのですが、保育者と一緒にスタンプをすることによってやり方を知り、自分でもやってみようと思ったりと模様をつけていました。楽しかったようで「ぼんぼん」と口にしながらかスタンプをしていました。製作でも様々な経験ができるように絵の具や花紙、クレヨン、糊等の道具を使っていきたいと思っています。



## うさぎぐみ

晴れたり、雨が降ったりと天気の移り変わりが多い時期になってきました。室内や戸外に関係なく、のびのびと遊びを楽しんでいます。園庭では虫探しが大好きで夢中になっている姿が見られているので、手で持つて遊べるちょうちょを5月の製作にしました。見本を見せると「つくる!」「かわいい～」と興味津々な子どもたち。蝶の型紙に絵の具をのせて手で伸ばしてみると「うわあ!」「しゅごい!(すごい)」と絵の具のひんやりとした冷たさや、ドロっとした感触、指に色がついて驚いている顔等、様々な感覚に子どもたちの表情が豊かになっていました。初めは1本の指で広げていた子が次第にグーの手や手の平全体を使ってダイナミックに色を混ぜている姿が見られます。中には絵の具が指に付くことが苦手で「ん!」とタオルで拭いてとアピールする子もいますので、個々に合わせて活動を楽しめるようにしました。今後も1人ひとりの楽しみ方を大切に、夏に向けて感触遊びの活動を取り入れていきたいと思っています。



# ほけんだより 6月

## 歯科検診

15日(火)13時～



### 6月の予定

- 7日(月) 幼児身体測定
- 8日(火) 乳児身体測定
- 11日(金) 0歳児健診
- 15日(火) 歯科検診



園医の黒米先生が来園し、全園児の歯の健康状態を診てくれます。当日の朝は、ご家庭で歯磨きを丁寧にして来て頂くようお願いいたします。

また、なるべく欠席なく、お迎えの時間にもご配慮頂きますよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

医師にお聞きになりたいことがありましたら、担当保育者・看護師までお知らせください。

## 6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯が虫歯で抜けてしまうと、食べることに支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。

また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。歯がきちんとみがけているか、虫歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために、お子さんといっしょに家族で定期的に歯科検診を受けるのもおすすめです。

### 虫歯はこうしてできる！

#### ①糖分をもとに

#### プラークができる

口の中の糖分をエサに、虫歯菌が繁殖し、ネバネバとしたプラーク(歯垢)をつくります。プラーク1mgには、なんと虫歯菌が10億個以上も！

#### ②虫歯菌が酸を出す

プラークの中で虫歯菌が糖分を取り込み、酸性の物質を出します。



#### ③酸が歯を溶かす

虫歯菌の出す酸が、歯の表面を溶かし、やがて歯に穴が開いて虫歯になります。表面だけが溶けた「初期虫歯」なら、歯みがきをしっかりとすることで、本格的な虫歯に進むのを防げます。

## 熱中症を防ぐ

### 4つのポイント

急に暑さが増してくるこの時期は、体が暑さに慣れていないため、夏ほど気温が高くなくても熱中症になりやすいそうです。

熱中症は適切な予防行動をとることで防げます。以下のポイントを参考に、熱中症を防げるようにしていきましょう。

#### ①気温や注意報をよく見る

気温や湿度が高いときや、環境省から「熱中症警戒アラート」が発表されたときは、屋外での活動を控えましょう。

#### ②水分補給は前もって

小さな子どもは「のどがかわいた」と言えません。出かける前、遊ぶ前に水分をとらせ、その後もこまめに少しずつ飲ませましょう。



#### ③暑さに体を慣らそう

暑いからといって外に出ないと、体が暑さに慣れずかえって熱中症のリスクが上がります。適度に外で遊んで、暑さに慣らしておきましょう。

#### ④無理をしない

元気でも顔が真っ赤で汗をたくさんかいているのは、体内の温度が上がっているサイン。すぐに涼しい場所で休ませ、水分をとらせましょう。

