

橋場そらとみどりの保育園 大きなおうちだより



第82号 令和3年12月

社会福祉法人東京児童協会

橋場そらとみどりの保育園大きなおうち

〒164-0011 東京都中野区中央 4-18-19

TEL:03-6382-4774

FAX:03-6382-4775

秋から冬へと季節は変わり、子どもたちは園庭遊びや散歩などで季節の楽しみを見つけているようです。

11月は勤労感謝の日に因み、つき組が園内や家庭で“お仕事インタビュー”をしていました。園内では子どもたちで誰にインタビューをするのか、また各グループで質問内容を考え、実際のインタビューでは質問する人、答えた内容を書く人など役割を決めて進めていました。伝える、聞き取る、覚えていて文字にしていこうという作業を、協力して友だちとかかわり進めていく姿に感心しました。話したことを理解して笑ったり、集中している表情は就学前を感じさせるものでした。

保育者が子どもたちの活動を考える時に、子どもたちに経験してほしい、育ててほしいという保育者の思いがあり、子どもたちがやりたいと思っている興味・関心があります。この子どもたちがやりたいことを通して保育者の思いである育ちになっていくことを願っています。

先日の職員の話し合いではここまでを振り返り、後半のより良い保育に向けて考えていきました。後半の子どもたちは各年齢それぞれが、友だちとのかかわりをさらに深めていくことでしょう。様々な活動の中で子どもも大人も、生き生きとした充実の日々にしていきたいと思っております。

季節の変わり目で体調を崩しやすい時期です。心身ともに温かく過ごしていきましょう。

園長 染谷安紀子



11月の活動より

スポーツ教室「ラクロス」(10日つき組)



「ラクロスって、なに？」から始まった今回のスポーツプロジェクト。初めて触れるスポーツであることに加え、約5か月ぶりのスポーツプロジェクトということもあり、つき組の子どもたちもワクワクが止まらない様子でした。今回教えて下さった講師の方々は、なんと現役のラクロスの日本代表の選手！とても気さくで明るい方々で、準備体操には一緒に氷鬼をしたり流れ星のようなロングパスを披露してくれたりと全力で子どもたちを楽しませてくれました。準備体操やラクロスのスゴ技を見せてもらった後は、いよいよ一人ひとりラケットを持ち競技に初挑戦。パスやシュート、ボールの拾い方などラケットの使い方を教えていただいています。シュートが決まった際には「ナイスシュート！」と講師の方とハイタッチをする等、本当に楽しい雰囲気の中でラクロスを経験することができたつき組さん。最後はチーム対抗の『ボール拾いリレー』を行い、大盛り上がりの中スポーツ教室を終えることができました。帰り道では「またやりたい！」「大きくなったらラクロスの選手になる！」と新たな目標や夢を持つ姿も。次のスポーツプロジェクトも楽しみですね。(鈴木)

全園児健診（10月28日）・歯科健診（11月9日）



先月末に全園児健診、9日に歯科健診を行いました。前回の健診の様子とはまた違い、泣いていた子が泣かずに健診を受けたり、自分の名前や挨拶をしつかりと伝えられるようになっていたりと体や歯の健診を通して一人ひとりの心の成長も感じることができました。（渡邊）

11月の誕生会（18日）



今月は、16名のお友だちが誕生日を迎えました。誕生会の当日、誕生児がケーキマークのバッチを付けていると、「おめでとう！何歳になったの？」とたくさんの人にお祝いしてもらい、とても嬉しそうにしているのが印象的でした。つき組、ほし組の誕生児には、『得意なことや頑張っていること』をインタビューしました。みんなの前に立って緊張しながらも、得意なことや頑張っていることを教えてくれましたよ。その後は、先生たちからのお楽しみで大きなスクリーンで紙芝居『こぶとりじいさん』を見ました。紙芝居といういつもと違う雰囲気にも子どもたちも特別感を感じ、集中して話に入り込んでいました。最後のつき組による伝統遊戯もみじは、手のひらをもみじに見立ててひらひらさせる動きが可愛らしかったですよ。（八木）

異文化交流（9、24日）



皆が大好きなステファニー先生とイタリア出身のフランチェスコ先生が遊びに来てくれました。ステファニー先生が教えてくれた1～20までの数字は、発音の仕方や言い方が違ったりしましたが、覚えられた嬉しさを感じている子が多く見られました。フランチェスコ先生は文化や食べ物、挨拶などを教えてくれました。日本やアメリカとは違った挨拶の仕方や数字の言い方など、英語よりも難しかったようで、とてもいい経験になりました。（寺澤）

キッズダンス（4日：つき組・11日：ほし組、25日：はな組）



今月から3月に予定している子どもたち同士でのダンスの発表会『ダンス！ダンス！ダンス！』に向けての練習が始まっています。つき組は手拍子を打ちながらステージに上がるのですが、今年は前列と後列で振り付けが異なります。素早くもピタッと動きを止めることが重要な前列、体重移動やジャンプなど体を大きく見せることが大切な後列。自分で決めた立ち位置で、各々の振り付けを楽しみながら一所懸命取り組んでいますよ。ダンス講師・ゴウ先生からもたくさん褒められ、拍手をもらって得意気な子どもたち。他のグループや他のクラスのダンスを見て、いい刺激を受けながら練習を重ねていきます。（吉田）

各クラスの12月の保育目標

保育目標について

「○」のつく目標 … 養護目標（生命の保持、情緒の安定をはかるための保育者のねらい）

「●」のつく目標 … 教育目標（健康・人間関係・環境・言語・表現の5領域に関わる子どものねらい）



あひる

肌を撫でる風は段々と冷たくなって、秋の終わりを教えてくれているようですね。11月のあひる組さんは戸外遊び、エントランスや1歳児クラスの部屋、ホールなど様々な場所へ足をのばし好きな遊びを見つけようと思っ分楽しんでいました。戸外遊びでは友だちと椅子に腰かけて一つの机を囲い、スコップやコップなどをかき集めて食べ物や飲み物に見立てて遊ぶ姿が印象的でした。また、戸外や室内でカップやお皿、お鍋などを目の前に置き、「いただき」ます」と言って手を合わせてみたり、食べる真似をして（あー美味しい）とほっぺに手を当ててみたりと簡単なやり取りにも成長を感じました。絵本が大好きなあひる組さんはお気に入りの絵本を保育者に手渡し、読んで欲しいことを伝えてくれます。今月お気に入りの絵本「かおかおどんなかお」は笑った顔、怒った顔、泣いた顔などたくさんの表情が出てきます。絵本に合わせて顔の表情を変えている子どもたちの一生懸命さが可愛らしくてついつい保育者も繰り返し読みたくなってしまいます。今月は子どもたちのやり取りや素敵な感性にたくさん巡り合えた月になりました。ますます寒くなり体調を崩しやすい時期になりますが、寒さに負けずに12月も子どもたちの小さな気付きや豊かな感性を大切にしながらたくさん遊んで楽しく過ごしていきたいと思ひます。（上田）

<12月の保育の目標>

- 感染症に留意し、健康的に過ごせるようにする。
- 仕草や喃語で自分なりに思いを表現する。
- 広い空間で開放感を感じながら、体を動かして遊ぶ。



うさぎ

11月になり寒さが増しましたが、日の光が射すと気持ち良く、ポカポカの陽気を感じる日もありました。うさぎ組では友だち同士での関わりが増えているとともに、同じ友だちと一緒に遊ぶ姿を見かける事も多くなってきました。また、最近では自分の事を自分でやろうとする意欲が芽生えてきており、保育者の手を借りずに身の回りの事をしようとしている姿を見せてとても頼もしいですよ。戸外活動では園庭の探索活動を楽しんでいます。プランターの周りで虫探しをしたり、木の裏の小道を低い姿勢で通ったりして、ワクワクした気持ちが表情から伝わってきます。探索をしている子どもの手に栽培途中の小さなさつま芋がいつの間にか握られているなんて事も・・・。「あっ！と保育者が驚いているのをよそに珍しい形状の小さなさつま芋を観察して遊んだ日もありました。そんな面白いエピソードなども交えつつ、今後も子どもたちの様子をお伝えしたいと思います。（田井）

<12月の保育の目標>

- 簡単な身の回りのことを自分でしようとする気持ちを持てるようにする。
- 冬の自然に触れ、戸外遊びを楽しむ。
- 友だちに興味を持ち、保育者が仲立ちとなって一緒に遊んでいく。





園庭で沢山のどんぐりを拾い集めて遊んでいた秋があっという間に過ぎ、もう12月。季節は冬ですね。肌寒い日が増え始めた11月ですが子どもたちは元気いっぱい体を動かして遊んでいました。新しく『むっくりにくまさん』の遊びを教えてもらうと、子どもたちの中で大ブームに。さらに、保育者がクマの耳を作るとクマになりきり午前中も夕方も「くまさんやろう！」と子どもたちから声が上がって毎日のように楽しみました。初めはルールが分からず、ただ友だちと走るだけでしたが少しずつルールを覚えて今では保育者が居なくても友だちとクマ役を交代しながら楽しめるようになりました。本当に子どもたちの覚える力には驚かされる毎日です。さらに、園庭では毎日のように子どもたちのお店屋さんが開かれています。葉っぱ屋さんやお肉屋さん、うどん屋さんなどお友だちと役を交代しながらお買い物を楽しんでいます。12月は更に寒くなりますが園庭では寒さに負けず体を動かし、お部屋では制作や歌、絵本を通してクリスマスの雰囲気を目一杯感じ楽しんで行きたいと思います。
(西海)

＜12月の保育の目標＞

- 一人ひとりの健康状態に留意しながら寒い時期を元気に過ごす。
- 様々な活動を通して、友だちとのやり取りや一緒に遊ぶことを楽しむ。



舞い散る枯葉や冷たい風に本格的な冬の訪れを感じるこの頃。子どもたちは秋の自然に触れながら友だちと元気いっぱいに過ごしています。今月もはな組では、どんぐり拾いが大人気！集めたどんぐりを使ってマラカス作りを行いました。絵の具で好きな色を付けると茶色のどんぐりが可愛い色色のどんぐりに大変身！「すごい！」と目を輝かせてとても嬉しそうなお子どたちでした。完成したマラカスは、楽器遊びで使用していきたいと考えています。自分たちで作った楽器からどんな音が奏でられるのか楽しみですね。また、今月はフルーツバスケットやだるまさんが転んだなどの簡単なルールのある集団遊びにも挑戦しました。初めは、ルールの理解も難しく友だちと一緒に遊ぶことを喜んでた姿が、だんだんとルールも理解出来るようになってきて、遊びも盛り上がりを見せています。集団遊びを通して、嬉しさや悔しさ、友だちと一緒に協力する気持ちなどのたくさんの気持ちを沢山経験してほしいなと思います。これから寒さも厳しくなってきます。防寒対策や健康管理に十分に気を付け12月も元気いっぱいに楽しく過ごしていきたいです。(佐藤)

＜12月の保育の目標＞

- 寒い時期の生活の仕方を知り、健康的に過ごせるようにする。
- 身近なものを大切に扱う。
- 音楽に親しみをもち、歌ったり、楽器を鳴らしたりすることを楽しむ。





木々を彩っていた葉っぱは赤や黄、茶色と変わり、地面を彩る季節がやってきました。11月は思っていたより心地よい暖かさが続きましたね。散歩が始まり、外に出るとかたつむりやちょうちょ、かまきりが皆を出迎え、大興奮しているのが印象的でした。「かまきりがいた!」「かたつむりが葉っぱにくっついてる!」と発見する度に目を輝かせていました。また、新しいグループになり、気持ちも一転して「ダンスダンスダンス」に向けて練習に励んでいます。今まで教わったボックスやダウンよりワンステップ難しくなり、グループの友だちと確認し、タイミングを合わせるなど、練習を日々重ねています。ご家庭でも「どんなダンスをやっているの?」と聞いてみてください。可愛いダンス、かっこいいダンスを見せてくれるかもしれません。また、自分の手を葉っぱに見立てて、秋の制作をしています。葉っぱってどんな色だっけと考えながら、様々な色を混ぜてどんなものが出来るのかワクワクしながら楽しんでいました。夕方になると、日中とは打って変わって上着を羽織っても肌寒さを感じます。感染症対策をしながら、子どもたちの健康を第一に今年最後の1カ月、様々なモノに触れ、感じ、発見して楽しんでいきたいと思えます。(寺澤)

<12月の保育の目標>

- 安全な環境を整え、冬期を健康に過ごせるようにする。
- 色々な友だちとの関わりを通して、新しい遊びや新しい関わりを持つ。
- 子どもたちで協力して表現する楽しさや面白さを知る。



最近肌寒くなり、冬の訪れを予感させる季節となりましたね。11月はそらみどオリンピックの余韻を感じながら、リレーやパラバルーンなど様々な運動遊びに挑戦しています。パラバルーン遊びでは「テントの技をやってみよう!」「今度は音楽に合わせてやってみようよ」と意見を出し合いながら楽しむ姿がありました。また、散歩やスポーツプロジェクトなど園外での活動も行っています。落ち葉や木の実集め、ラククロスやリレーなどのスポーツ…たくさんの”秋”を感じながら過ごしていますよ。お部屋ではペープサートやお面を使った劇遊びを楽しんでいます。不思議の国のアリスや長靴をはいた猫の物語を基に、登場人物になりきったり即興劇を楽しんだりしながらお話の世界に入り込むつき組さん。「トランプ兵をUNO兵にしてみようよ!」「大男は大魔王にしてみない?」と自分たちなりのオリジナル要素を取り入れる等、大いに盛り上がる様子がありました。話し合い、協力し合いしながら、楽しい物語の世界をさらに広げていけたらと思います。(鈴木)

<12月の保育の目標>

- 就学に向けて、生活リズムを整える。
- 友だちと共通の目的を持ち、工夫しながら表現遊びを楽しむ。



令和3年度 12月予定表

1	水		17	金	
2	木	キッズダンス (5歳) 0歳児健診	18	土	
3	金	危機管理訓練	19	日	
4	土	離乳食講座 (未就園児対象)	20	月	
5	日		21	火	
6	月		22	水	
7	火		23	木	キッズダンス (3歳)
8	水	スポーツ教室「フットサル」(5歳)	24	金	クリスマスお楽しみ会
9	木	キッズダンス (4歳)	25	土	
10	金		26	日	
11	土		27	月	
12	日		28	火	餅つき 保育納め
13	月		29	水	
14	火		30	木	
15	水	避難訓練	31	金	
16	木	誕生会 0歳児健診			

お知らせ

○顔認証システムへのご登録にご協力いただきましてありがとうございました。
登録がお済みの方は登降園時、顔認証システムのご利用をお願いいたします。

○動画共有システム vimeo につきましては後日詳細をお知らせいたします。

ありがとうございました

○中野区の保育園満足度調査と第三者評価の利用者アンケートへのご協力、ありがとうございました。
今後のよりよい保育、運営に役立ててまいります。



1月

- ・ 4日(火) 保育初め
- ・ 5日(水) 新年お楽しみ会
- ・ 6日(木) キッズダンス(5歳)
- ・ 12日(水) スポーツ教室(5歳)
- ・ 13日(木) キッズダンス(4歳)
- ・ 19日(水) 避難訓練
- ・ 20日(木) 誕生会
- ・ 26日(水) 焼き芋の会(幼児)
- ・ 27日(木) キッズダンス(3歳)



12月の保健だより

⚠ 食品による子どもの窒息事故を防ぎましょう

年末年始に、餅をのどにつまらせたという高齢者の事故は毎年報道されていますが、子どもが亡くなる事例もあります。消費者庁の分析では、平成26年から令和元年までの6年間で、食品を誤嚥して窒息したことにより14歳以下の子どもが80名死亡し、そのうち5歳以下が73名で9割を占めていました。

★子どもの窒息事故はどうして起こるのでしょうか？

- ・噛む力が大人と比べると弱く、固いものが上手く噛めずに丸飲みをしてしまうことがあります。
・咳をする力が弱く、気管に入りそうになったものを咳で押し返すことが上手くできません。
・走り回って食べた、何個もほおぼって食べたなど、食事の時の行動が原因となることがあります。
・丸くてつるつるしている（プチトマト・ブドウ・カップゼリー・ピーナッツなどの豆類・あめなど）、粘着性が高く唾液を吸収して飲み込みづらい（餅・ごはん・パン・焼き芋など）、固くてかみ切りにくい（リンゴ・イカ・えび・貝類・肉類など）など食品側の要因もあります。

★予防方法

- ・豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は、5歳以下の子どもには食べさせないで下さい。
・ミニトマトやブドウなどの球状の食品は、4等分する、調理してやわらかくするなど調理方法を工夫して、子どもの口に合った量で与えましょう。（園での提供はありませんが、ご家庭で食べるときにはお気をつけください）
・よくかんで食べさせましょう。
・汁物などの水分を適切に与えましょう。
・食事中は、姿勢を良くし、食べることに集中させましょう。物を口に入れたままで、走ったり、笑ったり、泣いたり、声を出したりすると、誤って吸い込む可能性があります。
・口に食べ物が入っている時は、驚かせないようにしましょう。
・食事中に眠くなっていないか注意しましょう。もしも、食事中に眠ってしまった時には、口の中に食べ物が残っていないか確認し、残っている時は取り除いてください。

★もしも窒息したときは？

窒息が起こってから、3～4分で顔色が青紫色になり、5～6分で呼吸が止まり、意識を失います。窒息に気付いたら、すぐに救急車を呼び、詰まった物を吐き出させるための応急処置を開始します。

背中をたたく(背部叩打法)



片手で乳児の体を支え、手のひらであごをしっかり支えながら、もう一方の手のひらのつけ根で背中をしっかりとたたく。

胸部を圧迫する(胸部突き上げ法)



仰向けにして、片手で体を支えながら手のひらで後頭部をしっかり押さえ、胸部を圧迫する。

1歳児以上の場合腹部突き上げ法



※政府広報インターネットテレビ「窒息事故から子どもを守る」では動画を見ることができます。

感染情報 (10/16~11/15)

感染性胃腸炎 2名



12月の保健行事予定

0歳児健診…2日、16日

身体測定…6日~8日



食育だより



～冬野菜をたべよう～



冬に旬をむかえる「冬野菜」の特徴は、寒さで凍ることが無いように野菜の水分量を減らし、細胞に「糖」を蓄えるため、糖度の高い野菜が多いことです。また、冬野菜にはビタミン類やカロテンが豊富に含まれているものが多く、免疫力が向上し風邪予防にも効果があるといわれています。

体が芯から温まり、野菜の栄養が溶け出す煮物や鍋、スープなどの温かい料理をお家でも取り入れてみてください。

♪代表的な冬野菜の調理ポイント♪

大根



ビタミンCが豊富に含まれています。葉にはビタミンAも含まれているので、炒め物やふりかけにするのがおすすめです。

ネギ



繊維に沿って切ると甘みが出て、断って切ると辛みや香りが引き立ちます。辛みは有効成分なので水にさらす時は長くても3分を限度にしましょう。

白菜



芯は削ぎ切りにすると火が通りやすくなります。フタをして蒸すように調理すると甘みがでるのでおすすめです。



～冬至について～



冬至は、1年で最も昼の時間が短くなる日です。「一陽来復（いちようらいふく）の日」とも言います。冬が終わり春が来ることや、新年が来ること、また悪いことが続いた後で幸運に向かうことを意味します。冬至は太陽の力が一番弱まる日で、この日を境に再び力が蘇ってくるという意味合いを含んでいます。また、「ん」が2つつく食べ物を食べると健康になり、運が上昇すると言われています。

◆今年の冬至は **12月22日**です◆



南瓜：栄養豊富な南瓜を食べて、寒い冬を元気に乗り越える



小豆：赤い色が、邪気払いになる
冬至の朝に小豆粥を食べると
1年病気をしないとも言われている



ゆず：血行を促進し、風邪予防に良いとされている
また、ゆず湯に浸かると邪気を払うとされる

「ん」が2つつく食べ物

- | | |
|-------------|-----------|
| ①なんきん（かぼちゃ） | ⑤かんとん |
| ②れんこん | ⑥きんかん |
| ③ぎんなん | ⑦うどん（うどん） |
| ④にんじん | |

～先月の食育の様子 七五三について～



昔は子どもが無事に成長するのは大変なことだったと伝えると、「食べるものが少なかったからかな？」などみんなで考える様子があり、赤魚や白和えといった、紅白で縁起の良い献立となっているため、食事の際にはみんなで赤や白の食材を探す姿が見られました。