



様々なはじめてに挑戦した2023年。花咲く初の運動会や近隣園との交流、5歳児のみが対象ではありましたが、誕生会への保育参加など。長く続いたコロナ禍が落ち着きを見せた昨年は色々なことが再開したりまた新たに始まったり、様々な場面で動きを感じる年だったように思います。2024年は動き出し始めたことを大切に、より良い工夫のための取り組みや次の一歩へと繋がる取り組みができるよう努め、子どもたちのより良い今を共に育てていきたいと思ひます。

＜近隣園との5歳児交流＞

近隣園（SOMPO スマイルキッズ江戸川橋保育園）との交流会を11月に行いました。様々な人との関わりを通して就学へのかけ橋となれば良いなという思いで、始めた5歳児交流。1月にも2回目を予定しています。「ぼくは〇〇小学校に行くよ」と会話も聞こえ、就学が近づいていることを感じます。この出会いや関わりが就学への期待につながると嬉しいです。

＜日輪寺での焼き芋体験＞

12月には日輪寺の焼き芋会に参加しました。4・5歳児がホイルでくるんでくれたさつまいもを持って到着すると、住職さんが網の上にお芋を並べてくれました。その上にふかふか落ち葉の毛布をかぶせて、じっくりお芋に火が通るのを見守ります。煙が上がる様子を目の前にして大喜びの子どもたち。一味違う焼き芋をみんなで味わい、この季節ならではの経験をしました。

＜クリスマス会＞

12月25日に保育園にもサンタさんからのプレゼントが届きました。恥ずかしがり屋のサンタさんだったので、手紙を残して会わずに行ってしまったようですが、子どもたちはクリスマスプレゼントに喜んでいました。

各クラス、手作りした楽器を持ち寄り、「あわてんぼうのサンタクロース」の合奏もしています。恥ずかしがり屋のサンタさんにも子どもたちの楽しく素敵な合奏の音色が届いているといいなと思ひます。

昨年度から関わりがあった地域とのつながりに加え、新たな交流の輪も広がっています。今後も地域に根差した保育園を目指して、交流の輪を広げていき、子どもたちが様々な経験・出会いができるよう、取り組んでまいります。また、そのような活動の様子を随時お伝えしていきます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

園長 渡邊 理沙

おひせ



集金に関してのお知らせは
公開を控えさせていただきます。

＜卒園式について＞

日時：3月15日（金）午前中

対象：5歳園児・5歳児保護者

場所：保育園3Fホール

第1回目の卒園式を上記日程で予定しています。他のクラスに関しては通常通り保育を行っています。

今回は、ずっとつき組と一緒に過ごしてきた4歳児ほし組の園児にも保育の中で式へ参加してもらおうと計画しています。詳細は、また後日配布いたしますのでご確認ください。

1月の予定

4日	保育初め
5日	新年お楽しみ会
11日	健康診断（1歳、2歳）
15日	スポーツ教室（5歳）
17日	5歳児交流（5歳）
26日	誕生会
27日	大きくなった会（保護者参加行事）
31日	体育指導（幼児）

2月の予定

1日	健康診断（1歳、幼児）
2日	節分お楽しみ会
20日	体育指導（幼児）
未定	スポーツ教室（5歳）
22日	誕生会



クラスだより



<1歳児 うさぎ組>

寒さが本格的な季節になりましたね。本年もよろしくお願い致します。

12月も寒さに負けず、しっぽ取りやコンピカー等で好きな遊びを思いっきり楽しんでいました。戸外活動の中でも散歩が大好きなうさぎ組さん。「今日はお散歩に行くよ」と言う「やったー」「おさんぽだー」と大喜びで帽子を被ろうと頑張っています。道中では、大好きな乗り物や犬等を見つけて嬉しそうに保育者に伝え、発見を喜んでいきます。散歩先では、沢山の落ち葉の上をザクザクと歩いたり「大きいね」「バリバリだね」等と感じた事や特徴を捉えて保育者に教えてくれたりしています。広い公園の広場では、かけっこをしたり「けんけんぱ」と跳ねたりして思う存分身体を動かしていました。

散歩先や園庭でみんなが夢中になって探していたどんぐりを使用して、マラカスを作りました。自分たちで見つけたどんぐりと、好きなシールを貼って出来たオリジナルのマラカスを握って、とても嬉しそうな子どもたち。大好きな歌や踊りに合わせて素敵な音色を慣らし、子どもたちの表現力をより豊かにしてくれています。

今月は、「大きくなった会」を予定しています。ぜひ、一緒に触れ合い遊びに参加したり友達との関わりや一人一人が成長した姿を感じていただいたりしながら楽しい時間を一緒に過ごせたらと思います。

1月のねらい

- 感染症に留意しながら、寒い時期を健康的に過ごす。
- 手を擦り合わせて手洗いをし、清潔になる気持ちよさを味わう。
- 冬の自然に触れ、季節を感じたり興味を持ったりする。
- 友達と関わりながら、遊びを共有したり言葉のやり取りを楽しんだりする。



<2歳児 ひよこ組>

より一層寒さが厳しくなりましたが今年も子どもたちと元気いっぱい過ごしていきたいと思います。

最近のひよこ組では、音楽を楽しむ子がたくさんいます。保育者が歌詞の最初の部分を歌うとそれに合わせて合唱が始まったり、音楽を流すとそれに合わせて歌ったり踊ったりする子がたくさんいました。特にクラスでお気に入りの曲の『ハッピージャムジャム』のイントロが流れると、直ぐに何の曲だかが分かり「じゃむじゃむ最高！」と歌詞を口ずさみながらノリノリで踊っています。「私は みみりん」「僕は しまじろう」と役になりきりながら踊る姿も見られています。今月は、耳も付け子どもたちの世界観を広げていけたらと思います。

制作では、だるまを作りました。だるまの顔のパーツを完成させる為に、初めに目を付けていき、次に、保育者が作った見本や友達顔をじっくり観察し、描く前に「目の下に鼻があるよ！口はここだよね！」と鼻と口のパーツの位置を確認し意識しながら、クレヨンで書き始めています。手先を使う制作や遊びを取り入れる事で、物をつまむ、掴む、持ったまま動かす等の動作を繰り返し、表現する事の楽しさを感じながら手や指先をコントロールする力を養って行きたいと思います。

1月のねらい

- 自分で出来たという事に自信を持ち、身の周りの事を自ら取り組もうとする。
- 自分の気持ちを保育士等や友達に聞いてもらうことを通して安心して相手に伝えようとする。
- 歌やリズムに合わせて、身体を動かし、表現する事を楽しむ。
- 保育士等や友達と一緒に正月の遊びを楽しむ。



<3歳児 はな組>

新年を迎えて、はな組として過ごす日々も残すところ3か月ですが今年も元気よく過ごしていきたいと思います。

園庭では、「爆弾ゲーム」「だるまさんが転んだ」等の集団遊びで身体を動かして遊ぶ事が多く、その中でも爆弾ゲームでは、ルールを理解すると、ボールに当たらないように逃げる事を楽しんでいます。ボールに当たってしまった、次は頑張ろうとする気持ちを持ち「もう一回やりたい」と、挑戦しながら楽しむ姿に成長を感じます。様々な集団遊びに興味を持つ事が増えている為、集団遊びの幅が広がるような遊びを取り入れていきたいです。

室内では、保育士等が『とんとんとんひげいさん』のクリスマスバージョンの手遊びを行うと、クリスマスの行事に期待感を持つ姿が見られ、保育士等が行った手遊びを覚えて子ども同士で楽しむ姿も見られるようになってきました。手遊び以外に『あわてんぼうのサンタクロース』『おしょうがつ』等の季節の歌にも興味を持って元気よく歌っています。特にあわてんぼうのサンタクロースでは、「リンリンリン」「シャランラン」の歌詞に合わせて手振りをつけて表現する事を楽しんでいます。今月は、大きくなった会の行事がある為、役になりきる事の楽しさを感じて表現する子どもたちの姿にも注目して欲しいと思います。

1月のねらい

- 保育士等と一緒に生活リズムを整えて、安全に留意して過ごせるようにする。
- 保育士等に気持ちを受け止めてもらう中で安心して遊べるようにしていく。
- ルールのある遊びの中で身体を動かす事を楽しむ。
- 表現遊びを通して、物語や役に親しみをもち、伸び伸びと表現する。



<4歳児 ほし組>

新しい年も元気いっぱい寒さに負けず、楽しく過ごしていきたいと思います。

当番活動が始まり「今日は誰が当番かな？」と友達と当番表を見ながら自分の当番を楽しみにしています。当番の仕事では、朝の会で前に立ち、日付や曜日をみんなに伝えたり、名前を呼びながら友達におはようブックを配ったり、野菜の水やりやだんご虫の餌やりを行っています。日付や曜日が分からないと、友達が「今日は〇日だよ」「〇曜日だよ」と当番の子に教えてあげていました。今後も、朝の会を通して人前に立つ経験を増やしたり、日付や曜日等の確認を保育者と一緒に行ったりしていきながら文字や数に触れ、平仮名や数字に興味を持って書いたり、読んだり親しんでいきたいと思っています。そして、当番活動をする中で仕事を覚え、友達と協力しながら取り組む事の楽しさを味わえるようにしていきたいと思っています。

表現活動で行っている劇遊びでは、保育者が『浦島太郎』のCDを流すと、台詞が貼ってある場所に椅子を準備して、それぞれ役の台詞を声に出して練習をしています。また、歌が流れると広いスペースに移動をして体をユラユラさせながらタコを表現したり、手をキラキラさせて鯛を表現したりと役になって元気良く踊り、大きくなった会に向けて友達と一緒に練習する事を楽しんでいます。衣装を着たり小道具を持ったりして役になりきれよう一人ひとりの表現を大切にしながら、本番を迎える事が出来るよう子ども達と一緒に準備していきたいと思っていますので、当日は、役になりきって演じる子どもたちの姿を楽しみにしててください。

1月のねらい

- 保育者と一緒に感染症に気を付け、健康に過ごせるようにしていく。
- 気持ちを受け止めてもらう中で、安心して自己を発揮出来るようにしていく。
- 異年齢児との関わりの中で、思いやりの気持ちを育む。
- 友達と役になりきって表現する楽しさを味わう。



<5歳児 つき組>

新しい年を迎え、園には子どもたちの明るい声が響いています。

図鑑に興味を持ち、友達と図鑑を開くと「ツバメってとっても早く走るんだね」「水の中を泳ぐのが遅いのはナマケモノだって」等と図鑑を見ながら様々な生き物の特徴に興味を持っていました。「人間って色んな生き物よりも泳いだり、走ったりするの遅いんだね」と発見をする姿も見られています。図鑑一つをとっても様々な気付きや学びがあるようです。

大きくなった会で行う劇遊びでは、自分たちでやりたい役を決め、役が決まると自分の台詞を一生懸命考えたり、覚えたり、同じ役の友達と台詞を分担したりしています。歌いながら踊る事に、初めは難しさを感じている姿も見られましたが、遊びの中で繰り返し表現遊びに親しむことや、運動会での人前で発表する経験などを通して、自信がついた子どもたち。大きくなった会でも自信いっぱいに披露出来たらと思います。

今年はいよいよ小学生になるつき組さんですね。様々な行事の経験を通して活動の様子にも積極的な姿、思いやりを持つ姿が見られるようになり、さすが年長さん！と思う場面も増えてきています。残りの3ヶ月もたくさん思い出を作って楽しんで過ごしていきたいと思っています。

1月のねらい

- 気温、自分の体調等に合わせて規則正しく過ごせるようにしていく。
- 安心出来る環境の中で一人ひとりが自信を持って思いを伝えられるようにしていく。
- 出来るようになった事を友達と共に喜び、やり遂げた達成感を味わう。
- 大きくなった会に向けて、友達と協力しながら、一つのものを作り上げる喜びを味わう。



<持ち物に関するお願い>

・登園用のリュックには、キーホルダー、ピンバッチはつけないでください。（怪我や付いてるものをめぐるトラブルを防ぐため。目印のワッペンやお守りは可）ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。



あけましておめでとうございます。お正月休みは楽しく過ごせましたか？ 今年はどうな1年になるのでしょうか？今年も子どもたちが健康に過ごすために、食事、運動、睡眠のバランスを大切にしていきましょう。



1月9日は風邪の日

『病原体ウイルスや病気から身を守る、戦う力！免疫力』

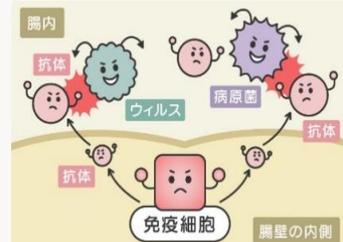
ヒトの体はウイルスや細菌に感染しないと抗体ができません。

10ヶ月前後から5才くらいまでに感染する病原体はおよそ300くらいあります。

これらに順次感染してひとつひとつ免疫抗体を獲得していくこととなります。ある時は発熱、ある時は咳、ある時は下痢等次々にかかっていきます。

子どもに「熱をだしてもらいたくない」これは家族にとってあたりまえの願いです。

しかし、免疫の仕組みを考えればむしろ感染症にかかって早く免疫を獲得した方が社会生活する上で得策です。日常のウイルスや細菌などによる感染をむやみに怖がらず、医師等の助言のもと、病気をうまく克服してゆくことが大切と考えます。



『免疫力を高めるポイント』

① 食事で腸内細菌を獲得する

善玉菌には免疫細胞の働きを助ける性質がある為、善玉菌が多いと免疫力が高まります。善玉菌を増やすために大切なのが、日々の食事です。

小さいうちにどれくらいの腸内細菌を取り込めるかで、その後の免疫力が変わります。



② 規則正しい生活を心掛ける

免疫細胞には温度が高いと活性化する性質があり、体温が1℃上がると免疫力が5~6倍上がり、1℃下がると30%下がると言われています。体温調節に欠かせない汗腺の数は、2~3歳ごろまでに過ごした環境で決まり、生涯変わらないと言われています。できるだけ外で遊ばせたり運動させたりして汗腺を発達させ、しっかり体温調節ができる体作りをおこないましょう。

③ 外で遊ぶ

外遊びで土や植物などに触れると、それらに生息する細菌にも触れることができます。日光（紫外線）を浴びると体内でビタミンDが作られますが、ビタミンDには免疫機能調節効果がある為、外遊びで日光を浴びることも免疫力がアップに役立ちます。さらに、外遊びでストレスが解消されると、副交感神経の働きが高まり身体がリラックスする為、免疫細胞が活性化する効果もあります。



④ 薬を飲ませすぎない

⑤ 予防接種も行う

『風邪・インフルエンザ予防のポイント』



食育だより



先月の食育の様子



ほし、つき組の子どもたちがクッキーの型抜きをしました。「どんな形にしようかな」「きれいに出来た！」と楽しみながらクッキーの型を抜いていました。おやつでは友達とクッキーの形を見せあい、喜んで食べていました♪



～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する風習があります。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。園でも『おせち料理』をはじめ『七草粥』や『鏡開き』を献立に取り入れ、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。

また、旬の冬野菜を多く使用します。中でもほうれん草は、子どもたちが“食べてみたい”と思えるようにマフィンと組み合わせて『ほうれん草のマフィン』として提供していきます。他にも子どもたちが自分から食べようと思えるような工夫をしています。

おすすめレシピ ～ほうれん草のマフィン～



☆材料

(小さいマフィンカップ4個分)

- ・ホットケーキミックス…70g
- ・ほうれん草…12g
- ・無塩バター…10g
- ・バナナ…30g
- ・グラニュー糖…25g
- ・レモン果汁…2g
- ・牛乳…25g
- ・マフィンカップ…4個
- ・卵…30g(約卵 1/2 個分)
- (小さいサイズ)

☆作り方

- ① 茹でてしっかりと絞ったほうれん草とバナナ、レモン果汁をミキサーにかけてペースト状にする。
- ② バターとグラニュー糖を白っぽくなるまで混ぜる。卵も加えて再び混ぜる。
- ③ ②に牛乳とホットケーキミックスを入れ混ぜる。①を入れ再び混ぜる。
- ④ マフィンカップに生地を流し、180℃に予熱したオーブンで20分～30分焼く。

爪楊枝をさしてべったりした生地がつかなければ完成です♪

「まぜまぜできるかな」「おいしくなあれ」など声掛けをしながら楽しく親子でクッキングをしてみたいかでしょうか♪



家庭でできる食育



～いろいろな柑橘を探してみよう～

さまざまな種類の柑橘類が出まわる季節となりました。園では「オレンジ」「いよかん」「ぼんかん」「みかん」などを提供していきます。

家庭では、親子で食材を買いに行った際などに、果物コーナーで立ち止まって会話をしてみたいかでしょうか。柑橘類はそれぞれ色や形、香り、味が異なります。「こんなにたくさん、みかんの仲間があるんだよ!」「色が少し違うね、どれが好きかな?」などの親子でのやり取りが果物などの食べ物に興味を持つきっかけとなります。食卓に並べ、食べ比べをして馴染みのない味を親子で共有してみるのも良いと思います。ぜひやってみてくださいね♪

