こころだより

令和7年度8月

社会福祉法人東京児童協会　すみだ中和こころ保育園
〒130-0024　東京都墨田区菊川1-18-5
TEL 03-6666-9449　FAX 03-6666-9479

地域のつながりの中で育つ子どもたち～ 夏祭りと職場体験を通して～

先日開催した夏祭りには、在園児だけでなく地域の皆さまや卒園児の皆さまにもたくさんご来場いただき、にぎやかで温かい時間となりました。ご参加いただいた皆さま、本当にありがとうございました。

また同じ時期に、竪川中学校の生徒2名が職場体験に来てくれました。子どもたちと遊ぶだけでなく、掃除や保育教材の準備など、保育の様々な仕事にも取り組んでもらいました。実はそのうちの1名は本園の卒園児で、かつて通っていた保育園に“働く側”として戻ってきてくれました。私たち職員も改めて子どもたちの成長を感じる時間となりました。

子どもたちは、地域の中でたくさんの人とかかわりながら育っていきます。保育園が子どもたちやご家庭にとって「帰ってこられる場所」として、また地域の皆さまにとって「身近に感じていただける存在」としてあり続けられることを、心から願っています。これからも保育園を中心とした温かなつながりを大切にしながら、子どもたちの育ちを見守ってまいります。

きゅうりはセーフ？！栽培を通して学ぶ夏

暑さが増してきて、いよいよ夏本番を迎えました。子どもたちは「赤や黄色のすいかを食べてみたい！」「夏といえばかき氷！」「ボディペインティングもしたい！」と、やりたいことがどんどん広がっています。気持ちは夏の空のように大きく膨らみ、子どもも大人もワクワクしながら夏を楽しんでいる様子がとても微笑ましいです。

そんな中、ふと「夏野菜はどうなったかな？」と子どもたちに声をかけました。今年は苗ではなく種から野菜を育てており、例年より収穫が遅れるはずですが、そろそろ収穫の時期を迎える頃だと思ったのです。決してお世話を疎かにしたわけではありませんが、子どもたちもやりたいことがたくさんあって、つい畑の様子を見落としてしまったようです。

畑をのぞいてみると、雑草がたくさん生えていました。「雑草って何？」と本物の野菜と見比べながら、一つひとつ丁寧に雑草を抜く姿が印象的でした。「園長先生、きゅうりはセーフ！」と嬉しそうに教えてくれましたが、よく見ると背丈ほどに伸びた葉っぱは別の植物で、みんなで大笑いしました。

よく観察すると、花が咲いたり、小さな実ができていたりしました。「ホッ」とした表情を見せる子もいれば、黄緑色で元気のない葉を見て心配そうに覗き込む子もいました。「給食のお野菜を育ててくれている農家の人は毎日欠かさずお世話をしているんだよ」と伝えると「えっ、毎日？」と驚きの声が上がりました。丹精込めて育てる大変さとありがたさを、子どもたちは体験を通して実感したようです。

保育者としては、せっかく育てた野菜だからこそ収穫の喜びも味わってほしいと考えています。たとえ豊作でなくても、子どもたちが自分たちで育てた野菜を口にするその瞬間まで、この経験を大切に見守っていきたいと思います。この夏も、子どもたちの「やってみたい！」という気持ちを大切にしながら、一緒に心躍る毎日を過ごしていきます。

園長　齋藤　早希

８月の予定

4日	杉アート（月組）	15日	お花の会
7日	0歳児健診	20日	異文化交流（幼児）
8日	お茶の会	29日	引き取り訓練
14日	誕生会		

＊　乳児…0.1.2 歳児クラス / 幼児…3.4.5 歳児クラス
＊　業者による日常の園生活や活動、行事の写真を撮影し販売します。詳細や認証キーは手紙をご覧ください

お知らせ

・卒園児交流
８月４日（月）から28日（木）までの期間、卒園児である小学生が交流の一環として保育に入りま　す。在園児とのかかわりを通して、互いにとってよい経験となるよう見守ってまいります。

・引き取り訓練の実施について
８月29日（金）に引き取り訓練を実施いたします。
引き取り訓練は保護者の皆さまにもご参加いただく、年１回の訓練になります。
当日の流れや持ち物など、詳細につきましては、７月３１日（木）に配付しておりますお知らせをご確認ください。

・**Instagram**のご案内
園のInstagramでは、子どもたちの日々の様子を写真や動画でお届けしています。
ぜひフォローしてご覧ください。

墨田区よりお知らせ

・東京都第一子保育料無償化事業について
東京都の第一子保育料無償化事業の実施に伴い、令和7年9月1日より、年齢や所得にかかわらず認可　保育施設を利用する全ての世帯について、通常保育料が無償となりますのでお知らせいたします。　詳細につきましては、８月１日（金）に配付しておりますチラシをご確認ください。

保育だより

0歳児　あひる組

＜目標＞
・水分補給や休息を十分に取り、暑い時期を健康に過ごす。
・遊びを通して様々な感触を楽しむ。（水、氷、寒天、絵の具等）

ウォーターマットや氷、バルーンマットなど、様々な感触遊びを楽しんでいます。ウォーターマットでは、手で触れるだけでなく、頬を近づけて冷たさを感じる姿も見られました。氷遊びでは、実際に氷をつかもうとしたり、溶けた水を両手で叩いて水遊びを楽しむ様子もあります。バルーンマットは初めて触れる遊具でしたが、子どもたちは意欲的に座ったり寝転んだりして、ダイナミックに遊ぶ姿が増えてきています。また、あひる組の子どもたちはせんせいといっしょに遊ぶことが大好きで「一緒にやってみよう」「楽しいね」という声かけに嬉しそうに応じる姿がたくさん見られました。保育者と一緒にバルーンマットや感触遊びに触れたり、保育者の遊びを真似してやってみようとする姿も多く見られます。

これからも様々な感触遊びを取り入れながら、夏ならではの遊びを子どもたちと一緒に楽しんでいきたいと思います。

＜お楽しみ＞
・水、氷、寒天など、様々な感触遊びを楽しもう
・お兄さんお姉さんと一緒に遊ぼう

1歳児　うさぎ組

＜目標＞
・水分補給や休息を十分に取り、夏を健康で快適に過ごす。
・保育者と一緒に様々な感触遊びを楽しむ。

いよいよ本格的な暑さとなり、夏ならではの様々な感触遊びを楽しむ姿が見られています。氷遊びや寒天遊びでは、氷が溶けていく様子や冷たい感触に興味津々で、何度も触って確かめる姿が見られました。「つめたい！」「つんつん！」などと保育者とやり取りをしながら触れることを楽しんでいます。

また、小麦粉粘土や寒天粘土では、手先が器用になり細かくちぎったり伸ばしたりして、様々な形に変化させて遊べるようになってきました。「こねこね」「へびさんになった！」と見立て遊びにもつなげ、遊びの幅が広がっています。

今後も様々な素材に触れながら、子どもたちが夏ならではの遊びを存分に楽しめるよう、環境を整えていきたいと考えています。

＜お楽しみ＞
・たくさん身体を動かして遊び、夏を健康に過ごそう
・夏ならではの感触遊びを楽しもう（水、氷、泡、保冷ジェル等）

2歳児　ひよこ組

＜目標＞
・こまめな水分補給や休息を取りながら、夏を健康で快適に過ごす。
・水の冷たい感触を味わいながら保育者や他児と一緒に水遊びやプール活動を楽しむ。

先月から水遊びが始まり、子どもたちは冷たい水に大興奮する様子が見られました。「つめたいね！」「きもちいいね！」とタライに手を伸ばし、嬉しそうに遊んでいます。

ジョウロやカップで水を掬うだけでなく、水鉄砲など保育者に遊び方を教わりながら使いこなす姿が見られました。また、ダイナミックに水を浴びて冷たさを感じる様子もあります。

さらに、保育園での初めてのプール活動も始まりました。保育者と一緒にプールでの約束を確認しすると「はしったらあぶないよね」など、約束を守りながら楽しんでいます。初めは緊張する姿もありましたが、保育者と一緒に水を叩いたり足をバタバタさせたりして少しずつ慣れ「ばしゃばしゃー！」と身体を大きく動かしながら遊ぶ様子が見られるようになってきました。

今月も水遊びやプール活動を通して、子どもたちが夏ならではの涼しさや楽しさを存分に感じられるよう、さまざまな感触遊びを取り入れていきたいと思います。水の冷たさや流れる感触を体いっぱいで味わいながら、夏の自然や季節の変化にも触れていくことで、のびのびと遊べる環境を大切にしていきます。

＜お楽しみ＞
・プール活動を楽しもう
・様々な野菜に触れたり観察したりして、夏野菜について知ろう

幼児クラス

＜目標＞
・休息の大切さを理解し、活動とのバランスをとりながら生活をする。
・友だちと協力してやり遂げる楽しさを味わう。

3歳児　はな組

夏本番を迎え、暑さが厳しい日が続いています。室内での活動が増える中、様々な集団遊びで体を動かすことを楽しんでいます。

新たに椅子取りゲームやハンカチ落とし、わらべうた遊びを取り入れました。保育者や年上児と一緒に行う中でルールを理解し、友だちと一緒に遊ぶ楽しさを味わっています。わらべうた遊びでは、『なべなべそこぬけ』や『かもめかもめ』など、なじみのある歌を歌いながら参加しています。かもめかもめは遊びとしては初めてでしたが、少しずつルールを理解し、一人ずつ「だーれだ」「○○ちゃん！」というやり取りを楽しんでいました。

また『引っ越しゲーム』では新たなルールも取り入れ、フープの色を指定したり、一つのフープに入れる人数を増やしたりしながら遊んでいます。「赤だよ！」「もう一人は入れるよ！」など、考えながら互いに伝え合って楽しむ姿が見られました。

今後も暑さに負けず、室内でも様々な遊びを取り入れながら、たくさん身体を動かしていきたいと思います。

4歳児　ほし組

気温が高くなり、室内で過ごす機会が増えてきました。室内でも身体を動かして遊べるよう、室内サーキットや相撲遊びを取り入れています。室内サーキットでは、ハードルやケンケンパなど様々な動きを取り入れ、四肢の発達を促しています。

また、相撲遊びでは回を重ねるごとに押す力や踏ん張る力が強くなり、すぐに勝負がつかない場面も増えてきました。勝つ喜びや負けた悔しさを感じながら、少しずつ気持ちを切り替えて遊べるようになってきています。今後も様々な運動遊びを取り入れ、四肢の発達を促すとともに、自分の気持ちをコントロールして遊べるようにしていきたいと思います。

また、星組ではトランプ遊びが流行り始めました。年上児に教わったスピードや神経衰弱、ババ抜きで盛り上がり、少しずつルールのあるゲームを友だち同士で伝え合いながら遊ぶ姿が多く見られるようになっています。今後も保育者が様子に応じて仲介しながら、ルールのある遊びを一緒に楽しめるようにしていきたいと思います。

5歳児　つき組

子どもたちから「かき氷が食べたい！」という声があがったため、かき氷作りや果物を使ったシロップ作りをすることにしました。保育者が用意した材料を使うのではなく、作り方や必要なものについてみんなで話し合いました。

近所のスーパーへ買い物に出かけ「どこにあるのかお店の人に聞いてみよう」「どの果物にしようか」と自分たちで考えながら購入しました。梅でかき氷を作ろうと思い探しましたが、いくら探しても見つからず、お店の人に聞くと「時季が過ぎてしまった」と教えてもらいました。そこで、代わりに旬の桃を使うことにしました。この経験を通して、子どもたちに「旬」を知る良い機会となりました。

かき氷作りでは、ふわふわのかき氷とガリガリのかき氷の違いを試食し、年下児や保育者に説明しながら振る舞う姿が見られました。

シロップ作りでは、作り方を確認しながら「次は氷砂糖を入れてね」「次は果物だよ」と友だちと協力して進めることができました。シロップができあがるまで少し時間がかかるため、「早く食べたいね」「どんな味がするのかな？」と完成を楽しみにしています。

自由遊びの時間には「シロップできたかな？」と栄養士と一緒に確認し、時折瓶を上下に動かして氷砂糖が溶ける様子をじっと観察しています。「おいしいシロップになるといいね」「早く食べたいな」と完成を心待ちにしている毎日です。

今後も子どもたちの“やりたい”気持ちを尊重し、様々な経験ができるようにしていきたいと思います。

＜お楽しみ＞
・縁日ごっこを楽しみ、年下児を招待しよう
・全身で夏ならではの感触遊びを楽しもう(ボディペインティング、寒天遊び等)

ほけんだより

今年も日々暑さが続いています。この時期は暑さで体力が消耗しやすいことに加え、長期休暇で生活リズムが乱れがちになります。体調管理には十分注意していきましょう。

また、暑さからつい冷たいものを食べ過ぎてしまうことがありますが、冷たい食べ物は体を冷やし、胃腸に負担をかけることがあります。暑さに負けない体力づくりのためにも、常温や温かい飲み物、消化の良い食事を心がけるとよいですね。

夏の過ごし方のポイント

①水分補給
　知らず知らずのうちにじわじわと汗をかいています。活動の程度にかかわらず、のどが渇く前にこま　めな水分補給を心がけましょう。

　水分補給は大切ですが、糖分の高い飲み物を摂りすぎると食欲が落ち、体力の低下につながることが　あります。ジュースはもちろん、スポーツドリンクにも糖分の多いものが多くあります。水分補給に　は、ジュースや消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターよりも、白湯や麦茶が適し　ていると言われています。

② 室温管理
　室内外の気温差が激しいと体温調節が難しくなります。そのため、室温は26～28℃を目安にエアコン　を上手に使いましょう。また、エアコンの風が直接当たらないようにすることも大切です。

③ 皮膚のケア
　夏はたくさん汗をかくため、あせもなどの肌トラブルが起こりやすい時期です。汗をかいたらこまめ　に着替えたり、タオルで拭いたりして、肌を清潔に保つようにしましょう。また、吸湿性の良い肌着　を選ぶことで、蒸れを防ぎやすくなります。

　登園するだけでも暑さで体力を消耗しやすい季節です。園でもこまめな水分補給を促していますが、　ご家庭でも登園前にしっかりと水分をとっておくと安心ですね。

食育だより

先月の様子

七夕の行事食についてお話ししました。七夕献立には、織姫の織る糸に見立てた素麺がスープに入っていることや、天の川をかたどったそぼろ丼が出ることを伝えています。食事中には「ほしみつけた！」と嬉しそうに食べる姿も見られました。

2歳児クラスでは豆苗の栽培に挑戦しました。「おおきくなってる！」と毎日見守り、収穫した豆苗は「カレーにしよう！」とみんなで話し合い、カレー味で提供しました。

これからも季節の行事や経験を通して、五感で食を楽しむ活動を大切にしていきたいと思います。

8月の献立について

8月の目標は「モリモリ食べよう」です。夏の暑さで食欲が落ち、体が疲れやすくなる時期です。園では、夏の暑さに負けないようレモンドレッシングや素麺などのさっぱりとした献立や夏バテ予防として夏野菜を使った献立を取り入れています。水分補給をしっかりと行い、胃に負担がかからない消化の良い物をバランスよく摂りながら夏の暑さを乗り越えていきましょう。

防災の日献立について

関東大震災を教訓に、9月1日が「防災の日」として制定されました。園では大規模地震を想定した引き取り訓練を実施しています。また、防災の日の献立では、地震発生時に備え、火や電気を使わずに食べられる備蓄食を使用して提供します。

家庭でできる食育「ピーマンの種取り」

ピーマンにはビタミンC、ビタミンB6、食物繊維、カリウムなどが含まれており、夏バテや熱中症予防にぴったりの夏野菜です。ただし、ピーマンは苦手な子どもが多い食材の一つでもあります。そこで、ピーマンを食べるきっかけ作りとして、ピーマンの種取りを取り入れてみるのはいかがでしょうか。

8月のおすすめレシピ「フルーツ杏仁」

《材料》（子ども2人分）
- 粉寒天　1g
- 水　60ml
- グラニュー糖　12g
- 牛乳　80ml
- バニラエッセンス　適量
- みかん缶　20g
- パイン缶　20g
- 水（★）　80g
- グラニュー糖（★）　12g

《作り方》
1. 鍋に水、寒天を加えて煮溶かす。
2. 沸騰したら弱火で1分加熱し、グラニュー糖を加え溶けたら牛乳、バニラエッセンスを加える。
3. 牛乳寒天をバットに入れ冷やし固める。
4. 小鍋に★を入れシロップを作る。
5.3の寒天が固まったら、ひし形に切る。
6. 寒天とフルーツを一口大にカットし、シロップと混ぜて器に盛る。