



こころだより

令和7年度11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
園長 齋藤 早希

運動会を終えて

先日は運動会にご参加いただき、ありがとうございました。秋風が心地よい季節となり、運動会日和の一日でした。子どもたちの笑顔あふれる中、元気に体を動かす姿をご覧いただけたことと思います。当園では、運動会を「特別な一日」としてではなく、日々の運動あそびの積み重ねを見ていただく場として位置づけています。日常の延長線上で、子どもたちがのびのびと力を発揮する姿から、成長を感じていただけたのではないのでしょうか。

5歳児にとっては、保育園生活最後の運動会。「バルーンを成功させたい」「みんなが頑張れるようにチアを元気に踊りたい」「絶対リレーで勝つ！」など、それぞれが目標を胸に、本番を迎えました。9月にはスポーツプロジェクトで「走り方教室」に参加し「背筋を伸ばして走ること」「足をおへその高さまで上げるイメージで走ること」などを教えていただき、練習にも一段と力が入っていました。リレーでは、勝つチームがあれば、負けるチームもあります。くやしさをにじませる子、涙を流す子もありました。足の速さには個人差があり、年下の子が走る姿に、思わず悔しそうな表情を見せる年長児もありました。「そんなときどうする？」と声をかけると「スポーツプロジェクトで聞いたことを教えてあげようかな...」と考え、自分の学びを年下児にも伝えようとする姿がありました。たかがリレー、されどリレー。子どもたちの“本気”が詰まった時間でした。

運動会では、運動面だけでなく、当園の4本柱である「思いやり」「夢」「学びに向かう力」「生きる力」の育ちも感じることができました。日常では味わえない胸の高鳴りや気持ちの変化が、きっと子どもたちの心の栄養になったことと思います。なりたい自分に向かって努力を重ねる、その一歩を大切にしていきたいです。

園内研修を行いました

先日、職員向けに「丁寧な保育～子どもの人権、ひとりひとりを大切にした保育～」についての園内研修を行いました。近年、保育現場でも不適切保育の事例が取り上げられることが増えており、子どもたちが安心して園生活を過ごせるように、そして保護者の方々に安心してお子さまを預けていただくためにも、改めて一人ひとりの子どもに寄り添った丁寧な保育の大切さを確認しました。

研修では、日常の保育での声かけや関わり方が子どもたちの安心につながることを確認するとともに、園で大切にしている保育方針も改めて振り返りました。子どもたちが安心してのびのびと過ごせる環境をつくることは、私たち職員にとって何よりも大切なことです。これからも一人ひとりに寄り添いながら、丁寧なかかわりを大切にしていまいります。

11月の予定

5日	スポーツプロジェクト(月組)	19日	異文化交流(幼児)
13日	お花の会(月組)	20日	誕生日会(全園児)
14日	お茶の会(月組)	27日	全園児検診

※ 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

令和8年度 保育施設利用申込みのご案内

令和8年度の「保育施設利用申込みのご案内」を配付しています。申込みをご希望の方は、職員までお声かけください。

【申込受付期間】

窓口での申込み: 11月27日(木)午前9時～12月10日(水)午後5時

郵送・電子申請: 11月17日(月)～12月3日(水)※郵送: 消印有効、電子申請: 午後11時59分まで

【お問い合わせ先】

墨田区役所 子ども施設課 入園係 電話: 03-5608-6152／6712(直通)

保育だより

0歳児 あひる組



<目標>

- ・保育者や友だちと一緒に過ごす中でかかわりを楽しむ。
- ・戸外で遊んだり散歩に出掛けたりしながら秋の自然に触れ、様々な発見を楽しむ。

初めて食育として、人参・さつまいも・蓮根の野菜洗いを経験しました。いつも食べている野菜の実際の大きさや形を目の前で見えて驚きながらも、『やさいのうた』を歌いながら楽しく人参に触れたり、持ち上げて重さを感じたりする姿が見られました。蓮根の穴が空いている部分を不思議そうに見つめながら、保育者の「ごしごし」という声かけに合わせて手を動かす姿もありました。その日の給食にも、野菜が使われていて、もりもりと食べていました。

これから少しずつ苦手な食材も出てくる時期ではありますが、食育を通して「食べてみよう」と思える楽しい経験や食事の時間になるよう、かかわっていきたいと思います。

<お楽しみ>

- ・秋の自然に触れて、発見を楽しもう
- ・戸外活動やリズム体操を通して身体を動かすことを楽しもう

1歳児 うさぎ組



<目標>

- ・寒さに留意して、健康で快適に過ごせるようにする。
- ・保育者や友だちと一緒に、散歩や戸外活動を通して秋の自然に触れることを楽しむ。

肌に触れる風が少しずつ冷たくなってきましたが、子どもたちは元気いっぱい身体を動かして遊んでいます。先月はコンビカーや手つなぎ散歩など、新しい遊びや活動にも挑戦しました。

手つなぎ散歩では、これまでお兄さんお姉さんが手をつないで歩く姿に憧れていたうさぎ組さん。最近ではお友だちへの関心も高まり、「おててつなご！」「○○ちゃんとつなぐ！」と、自分から誘う姿も見られました。初めは少し緊張していた子も、公園を歩くうちに「たのしいね」「またやる！」と笑顔に。友だちと一緒に歩くことの楽しさを感じているようでした。

これからも、いろいろなことにチャレンジしながら、友だちや保育者と過ごす時間を楽しんでいけるようにしていきたいと思います。

<お楽しみ>

- ・リズム体操を通してたくさん身体を動かそう
- ・友だちや年上児と手繋ぎ散歩や探索活動を楽しもう

2歳児 ひよこ組



<目標>

- ・自分で出来る身の回りのことを意欲的に行い、達成感を味わう。
- ・友達や保育者と一緒に音楽に合わせて身体を動かしたり表現したりすることを楽しむ。

寒さが増してきて、外遊びでは上着が手放せない日も増えてきました。そんな中でも、ひよこ組の子どもたちは元気いっぱい過ごしています。運動会の練習などを通して、幼児クラスのお兄さん・お姉さんたちの遊びや活動に興味をもったり、憧れを抱いたりする姿が見られています。

布遊びでは、月組さんが運動会で行ったバルーンを思い出し、「こうやってやったよね！いち、に、さん、し！」「うんぱ、うんぱ！」と声をかけ合いながら楽しむ姿も見られました。最近取り入れ始めた『だるまさんがころんだ』では、花組さんが「とまるんだよ！」「すこしすすむよ！」とお手本を見せてくれ、その姿をじっと見つめて真似をしたり、一緒に動いてみたりする子どもたちの姿がありました。

これからも幼児クラスのお兄さん・お姉さんたちとかかわる中で、たくさんの発見や学びを重ねながら成長していけるよう見守っていきたいと思います。

<お楽しみ>

- ・友だちや保育者と一緒に音楽に合わせて身体を動かして遊ぶことを楽しもう
- ・秋の自然を使って製作をしよう

幼児クラス

<目標>

- ・秋の気温の変化に留意し衣服の調節をする中で、健康に過ごす。
- ・思い切り身体を動かしたり思いを表現したりすることを楽しむ。

3歳児 はな組



先月は初めて「増やし鬼」に挑戦しました。タッチされたら鬼になるというルールを少しずつ理解し「ピンク帽子のまま逃げ切るぞ！」と意気込む姿が見られました。始めのうちは鬼に捕まり悔しそうにする姿も多くありましたが、その“悔しい”“うれしい”という気持ちのひとつひとつが、心の成長につながる大切な経験となっています。最近では「捕まっちゃったけど、いっぱいタッチできたよ！」と気持ちを切り替えて楽しんだり「ピンク帽子のままだったよ！（一度も鬼に捕まらなかったよ）」と達成感を味わったりする姿も見られるようになりました。

また、探索の時間にも広場で子どもたち自身が遊びを提案し、自然と集団遊びが始まっています。「一緒に遊ぼう！」「だるまさんがころんだしよう！」と友だちを誘い合い、同じルールの中で遊ぶ楽しさを感じている様子です。「捕まえた！」「次は氷鬼にしようよ！」と話し合いながら走り回る姿からも、仲間とのかかわりを通して成長していることが伝わってきます。

これからも子どもたちの「やってみたい！」という気持ちを大切にしながら、みんなで遊ぶ楽しさを味わえる活動を取り入れていきます。十分に体を動かし、体力づくりや心のリフレッシュ、意欲の育ちにつなげていきたいと思っています。

4歳児 ほし組



先日、子どもたちが春から大切に育ててきたハツカダイコンを収穫しました。「大きくなっているかな？」「抜けるかな？」とドキドキしながら、そっと土を掘り起こしていく子どもたち。土の中から赤く色づいたハツカダイコンが顔を出すと、「わあー！出てきた！」「抜けたよ！」とあちこちから嬉しそうな声があがりました。

収穫したハツカダイコンは栄養士の先生にお願いして漬物にしてもらいました。自分たちの手で育てた野菜を味わいながら「すっぱいけどおいしい！」「葉っぱも食べられるんだね！」と話す子どもたちの表情は、とても満足そうに誇らしげでした。

自分たちで種をまき、水をあげ、育てたものを収穫するという一連の経験を通して、“育てる喜び”や“食べる楽しさ”を感じることができたようです。これからも、植える・育てる・食べるというつながりを大切にしながら、自然の恵みに気づき、食への関心を広げていけるようにしていきたいと思っています。



先月は、千葉県佐倉市にある『佐倉草ぶえの丘』へ姉妹園の友だちと一緒に芋掘り遠足に出掛けました。保育園生活で初めての遠足ということもあり、前日から「大きいさつまいもあるかな?」「いっぱい取りたい!」と、胸を弾ませながら話す姿が見られました。

畑に着くと、子どもたちはシャベルや手を使って土を掘り進めます。土の中から少しずつさつまいもの赤い色が見えてくると、「見えてきた!」「おっきい!!」と歓声があがり、目をキラキラと輝かせていました。友だちと「こっちのほうが大きいよ!」「これつながってる!」と見せ合いながら、夢中で掘り進める姿が印象的でした。

また、初めは少し緊張していた子どもたちも、ヤギの餌やりやミニSLへの乗車、自由時間での遊びなど、さまざまな体験を通して姉妹園のお友だちとも自然に打ち解け、笑顔いっぱいでも過ごしていました。

保育園生活も残り半年となりましたが、これからもたくさんの「はじめて」を経験しながら、いろいろな友だちとのかわりを深めていけるようにしていきたいと思います。

<お楽しみ>

- ・秋ならではの自然物を探しに出かけよう
- ・様々な音楽に合わせて歌ったり踊ったりすることを楽しもう

ほけんだより

胃腸炎にご注意ください

気温が下がり始め、冬の訪れを感じるこの季節は、ウイルス性胃腸炎が流行しやすくなります。主な症状は嘔吐や下痢、腹痛、発熱などで、特に子どもは急に症状が現れることもあります。集団生活の中では感染が広がりやすいため、園でも引き続き手洗いや消毒を徹底していきます。ご家庭でも、外から帰った後の手洗いや、食事前の衛生習慣を意識していただけると安心です。

汚れた衣類・リネンの家庭での消毒方法について

- 使い捨ての手袋やマスクを着用し、ペーパータオルなどで吐物や排泄物をできるだけ取り除いた後、0.1%次亜塩素酸ナトリウム(家庭用漂白剤を薄めたもの)で10分以上浸して消毒すると効果的です。
- 拭き取った汚物はビニール袋に密閉して破棄してください。

園での対応

- 嘔吐や下痢症状がある場合は、速やかに対応・消毒を行っています。
- 嘔吐物や便が付着した衣類やリネン類は、園内で洗わずに密閉してお返ししています。感染拡大防止のため、ご理解・ご協力をお願いいたします。
- 感染症が疑われる場合には、保護者の方にお迎えをお願いすることがあります。

お願い

お子さまに以下のような症状が見られた場合は、登園を控え、早めに受診していただきますようお願いいたします。

- ・嘔吐、下痢を繰り返している
- ・発熱がある(目安:37.5℃以上)
- ・ぐったりして元気がない

症状が治まり、集団生活が可能か医師に判断してもらってから登園しましょう。感染症が疑われた場合や診断がついた場合には、必ず園にご連絡ください。

最後に

寒さが本格的になり、体調を崩しやすい季節になりました。ご家庭でも、食事や睡眠をしっかりとりながら、手洗いうがいなどの習慣を続けていただけると安心です。みんなで元気に冬を過ごしていきましょう。

食育だより

先月の様子

先日、食育の一環として「鮭の解体」を行いました。いくらや稚魚の写真を見ながら鮭の成長の過程を学び、実物の鮭を目の前にすると「おっきい！」「ピカピカしてる！」と驚きの声があがりました。

解体の様子をじっと見つめる子どもたちからは、「骨を切ってる音がした！」「血が出ててかわいそう…」など、さまざまな声が聞かれました。スーパーでは切り身になった魚を見ることがほとんどですが、目の前でさばく様子を見ることで、“命をいただく”ということについて考えるきっかけになったようです。

翌日、給食で鮭が出ると「おいしい！」「お皿ぴっかりだよ！」と話しながら残さず食べようとする姿が見られました。子どもたちの中に自然と「ありがとう」「いただきます」という気持ちが芽生え、食べることへの感謝を感じることができた、あたたかな食育の時間となりました。



11月の献立について

冬の足音が聞こえ始める11月。秋から冬にかけて、食材は甘味が増し美味しくなるだけではなく、栄養価も高くなります。寒くなる冬に向けて献立にも、栄養をたくさん含んだ葉野菜や根菜類を多く取り入れています。11月の行事食では七五三のお祝い献立を予定しています。子どもの健やかな成長を願い、当日はお赤飯や紅白ゼリーを提供します。子どもも喜ぶような華やかな盛りつけにし、元気に成長した姿をお祝いします。

七五三に込められた“食”の願い

11月15日は、子どもの健やかな成長をお祝いする「七五三」です。昔からこの日は、神社にお参りをして、子どもが元気に成長できたことへの感謝と、これからの健康を願う日とされてきました。

七五三に欠かせないのが“千歳飴(ちとせあめ)”です。細く長い形には「長生き」「末永く幸せに」という願いが込められています。また、紅白の色には「おめでたい」「健康」という意味もあります。

お祝いの日には、お赤飯や鯛(たい)、紅白のかまぼこなど、縁起のよい食べ物が並びます。お赤飯の小豆には「魔よけ」、鯛には「めでたい」、紅白のかまぼこには「平和」や「調和を願う」意味があるそうです。

家庭でできる食育「絵本を通じて食育を」

絵本に登場する食べ物、子どもたちの「食べてみたい!」「作ってみたい!」というわくわくした気持ちを育み、食への関心を高めてくれます。絵本を通して、食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、たくさんの発見や喜びを親子で一緒に感じてみてください。

保育園でも食育の時間や絵本の読み聞かせを通して、食べ物に親しむ機会を大切にしています。子どもたちがよく手に取っている絵本を、乳児・幼児向けに分けてご紹介します。

乳児向け(0～2歳)

- 『どーんとやさい』シリーズ(出版:童心社 作:いわさゆうこ)
- 『おやさいどうぞ』(出版:コクヨ株式会社 作:きのしたけい 絵:阿部真由美)
- 『おべんとうバス』(出版:ひさかたチャイルド 作:真珠まりこ)
- 『やさいのうた』(出版:フレーベル館 作:田代卓)

色あざやかな食べ物の絵やくり返しの言葉を通して「食べるって楽しい!」という気持ちを育みます。読むたびに指さしをしたり、「あむあむ」と真似をしたりする姿も見られます。

幼児向け(3～5歳)

- 『ごちそうごよみ』(出版:小学館 作:谷山彩子)
- 『ただしもちかたの絵本』(出版:金の星社 作:WILLこども知育研究所 絵:すみもとななみ)
- 『食べものいっぱい図鑑』(出版:チャイルドブック社 監修:内野美恵)
- 『ぎょうれつのできるおいしいえほんシリーズ』(出版:教育画劇 作:ふくざわゆみこ)

作る楽しさや、友だちと食べるうれしさを感じられるお話がいっぱい。「やってみたい!」「これ知ってる!」と会話が広がり、食への興味がぐんと深まります。

季節のおすすめレシピ「さつま芋ドーナツ」



材料(約8個分)

- ホットケーキミックス: 100g
- さつまいも: 70g
- 卵: 1個
- グラニュー糖: 15g(お好み)
- 牛乳: 大さじ1
- サラダ油: 小さじ1
- サラダ油: 適量(揚げ用)

作り方

1. さつまいもはレンジで柔らかくなるまで加熱し、皮をむいてつぶす
2. ボウルにホットケーキミックスと揚げ油以外の材料を入れて混ぜる
3. ホットケーキミックスを加える
4. 鍋に適量の油を熱し、ディッシャー等で生地を成型して揚げる
5. 表面がきつね色になり、中まで火が通ったら完成