



船堀中央保育園

にこにこだより 2025年1月号

今年も無事12月を迎えることができました。子どもたちにとってこの1年はどんな1年になったのでしょうか。保育園の様々な活動を通して、ひと回りもふた回りも大きく成長したように感じます。

大きくなった会を終えて

先日、開催した大きくなった会は、子どもたちそれぞれが、自分のペースで大きくたくましく成長してきたことを保護者の皆様と喜び合える機会となりました。例年、大きくなった会は日常の活動を通して育まれた子どもたちの姿を披露する場としてしています。1.2歳児クラスは、親子での触れ合い体操やリズム体操を大きな会場で発表することを経験してほしいという想いでプログラムに組み込んでいます。3.4.5歳児クラスになると、歌やリズム体操を発表する楽しさや、仲間と息を合わせて取り組む経験をしてほしいという想いを込めています。子どもたち1人ひとり、この経験から得るものがあったことと思います。

保護者の皆様におかれましては、開催にあたり会運営のご協力、温かい眼差しで見守っていただきましたこと、大変感謝申し上げます。

冬季休暇を迎えるにあたって

年末年始は冬休みになります。長期のお休み中は生活リズムが崩れやすいです。『規則正しい生活を送る』『1日3食摂る』『手洗いうがいの徹底』『交通安全に気をつける』など、冬休み中も健康管理や生活管理はいつも通りでお願いします。年明け、元気な子どもたちに会えることを楽しみにしています。

今年も残りわずかとなりました。保護者の皆様のご協力のおかげで、子どもたちは健やかに成長し、そして私達職員も仮園舎の2度目の冬を迎え、試行錯誤しながらも楽しく教育保育活動を行うことができました。また来年も引き続きよろしくお願ひ申し上げます。

休暇期間について

園の休暇期間は12月29日から1月3日までとなります。冬季休暇中の園舎内外の安全確認は行っていますが、連絡はkindyの「保護者からの連絡」をご活用ください。緊急時の連絡は園の電話にご連絡ください。

1月の予定

4日	保育始め	18日	保護者オープンセミナー (在園家庭保護者 希望者)
8日	異文化交流(幼児)	21~23日	0歳児クラス 保育参加週間 ※事前予約制
9日	0歳児健診	22日	体育指導(幼児) 船堀小学校 交流会(5歳児)
15日	身体測定(乳児) 異文化交流(幼児) スポーツプロジェクト(5歳児)	23日	0歳児健診
15~17日	中学生職場体験 (篠崎中学校の学生2名)	25日	父母の会 冬まつり
16日	身体測定(幼児)	29日	PM親子観劇会(5歳児親子)

お知らせ・お願い

登降園時の約束事について

病欠欠席の際のkindy入力時には理由を入力してください。

また近隣の方より「夕方の時間に園児と自転車と接触しそうになり危ない」とのご意見をいただきました。園の安全管理について再度お知らせいたします。

- 門扉は必ず大人が開錠し、次の方のために開けておこうという行為はお控えください
- 入り口の道路、園舎敷地内スロープで遊ばず怪我の無いよう各家庭でご注意ください

感染症蔓延防止について

日頃より、感染症蔓延の防止にご協力いただきありがとうございます。今後も、発熱時だけでなく、食欲がない、活気がないなど通常時と異なる場合には、早めに休養をとるなどし回復に努めましょう。園では、様々な感染症蔓延防止の対策として、喚起だけでなく、玩具、棚、水場などを清潔に拭き上げをした後に、次亜塩素酸を使用し消毒作業を徹底していきます。

保護者オープンセミナー

毎月、在園家庭を対象としたセミナーを開催しております。1月は「睡眠～眠りのチカラ～」オンライン開催、2月は「親子で学ぼうお金の教育」神田淡路町保育園大きなおうちにて開催する予定です。ぜひ、ご参加ください。

<https://forms.gle/nyTYVGixmquB2ySU6>

持ち物について

園内にはご家庭の玩具は持ち込まないようにしてください。

衣服、持ち物には全て記名をお願いします。

地域交流について

つき組は近隣園の年長児と一緒に船堀小学校の1年生との交流会に参加します。

持ち物等などは保育ページ(幼児クラスのお知らせ)をご確認ください。

父母の会より

1月～いよいよ冬まつり！～

- 1月25日(土)午前、タワーホール船堀にて行います。当日お楽しみコーナーをお手伝いいただける保護者の方を募集しています。役員にお声がけいただくか、オープンチャットよりご連絡ください。[父母の会/LINEオープンチャット](#)
- 1月10日(金)18:00~19:00保育園で事前準備を行います。こちらは1/10は直接保育園にお越しいただいても構いません。よろしく申し上げます。

保育ページ

0歳児クラス あひる組



1歳児クラス うさぎ組



2歳児クラス ひよこ組



0歳児クラス あひる組

先月の様子

大きくなった会の練習をタワーホールに見学に行ったり広場で一緒に遊んだりしたことで、お兄さんお姉さんたちとたくさん関わりを持ちながら過ごしていました。季節の制作では、好きな色の画用紙を選び、ちぎり絵でクリスマスリースを作っています。保育者が切れ目を入れると、指先を使って引っ張ったり、ちぎったりし手先をたくさん動かしています。

目標

- 靴下やズボンなどの着脱を保育者が手伝い、意欲につなげていく
- 友達や保育者との関わりを通して、自分の気持ちを簡単な言葉で伝えようとする

お楽しみ

- 様々な歌や絵本を楽しむ中で、冬の季節に親しみを持ってみよう
- サーキット遊びや戸外遊びを通して手足の力をつけ、体をたくさん動かそう

1歳児クラス うさぎ組

先月の様子

日常の中で触れ合い遊び、リズム体操を通し保育者や友だちと進んで手を繋ぎ、体をくっつけたりし、誰かと一緒に遊ぶ楽しさを感じているようです。大きくなった会の後も「さくらんぼやりたい」など余韻を楽しんでいます。思いや体験を伝えようとする様子があり「くるまのっておでかけしたよ」「こうえんいったの」「とまとたべた」などと、経験したことを話す姿が見られるようになってきました。

目標

- 簡単な身の回りのことを自分でしようとする姿を見守る
- 凧揚げをしたり冬の自然に触れたりし、寒さに負けず元気に遊ぶ

お楽しみ

- 作ったコマや凧揚げで正月遊びを楽しもう
- 雪や霜等の冬ならではの自然に触れて、季節を感じよう

2歳児クラス ひよこ組

先月の様子

季節の制作では、クリスマスリースを作っています。初めてはさみを使った1回切りに挑戦しており、「このゆびだよね！」と使い方を守りながら集中して取り組んでいます。「さんたさん、くるかな」とクリスマスを楽しみにする姿がありました。大きくなった会の後は「うんたかしたい！」「おどりますよー」などと友だちや保育者を誘って踊り、余韻を楽しんでいます。

目標

- 身の回りのことを意欲的に行えるようにする
- 集団遊びを通して友だちと関わりや、体を動かす楽しさを感じる

お楽しみ

- 季節の制作で福笑いを作り、はさみやのりなどの道具の使い方を知ろう
- 節分に関する紙芝居や絵本を読み、行事に親しもう

3 歳児クラス はな組

4 歳児クラス ほし組

5 歳児クラス つき組



幼児クラスの先月の様子

12月はたくさん散歩に出かけました。落ち葉やどんぐりなど自然物を集めることや、固定遊具で遊ぶことを楽しんでいます。乳児クラスの友だちと一緒に歩く際には、「おうだんほどうはてをあげるんだよ」と交通ルールを教えてあげたり、やさしくお世話をしたりする姿が見られました。大きくなった会では太鼓や遊戯に加え、今年度親しんできた歌を披露しています。当日は舞台袖に戻ると「たのしかった！」とたくさん笑顔が見られました。

【はな組】

クリスマスの制作ではリースを作りました。三色の画用紙を細長く丁寧に切り、「まっすぐきれたよ」と嬉しそうに教えてくれました。また、のりで貼る際には「どこにはろうかな」と考えながらオリジナルリースを完成させました。

【ほし組】

広場で友だちと氷鬼やドロケイで遊ぶ姿が増えてきました。「じゃんけんでおにきめようよ」「みんなでじゅんばんにやろう」と提案したり、同じチームの友だちと作戦を考えたりしながら遊びを楽しんでいます。

【つき組】

「もうすぐではっぴょうかいだね」と保育園最後の発表会を楽しみにしていました。星組の頃から憧れていた、よつちよれを自分たちが踊るようになり、手拍子や横の列を揃えることを意識しながら練習をしています。初めて衣装を着た日は「かっこいいね」と嬉しそうに友だちと見せ合っていました。

目標

- 新年の挨拶の仕方を知り、子どもが自ら行えるようにする
- 正月の伝統遊びを親しむ

お楽しみ

- コマや羽根つきなどの正月遊びを楽しもう
- 節分に向けてお面作りをしよう

こどもの目標

- さむさにまけないよう、そとでからだをうごかそう

お知らせ

- つき組は船堀小学校との交流会に参加します
[日時] 1月22日(水) 10:20-12:00
[場所] 船堀小学校
[持ち物] 上履き、上履き入れ、水筒、名札

安全指導

～safety guidance～

《 寒い日・雪の日の過ごし方 》

気温が低くなり、雪が降ったり、路面が凍結したりする時期です。服装や歩き方を意識し、事故を予防しましょう。

寒い日の服装

- 特にまだ小さい乳児期の子どもは体温調節がまだ未熟なため、厚着をさせ過ぎると熱がこもりやすくなります。暑くなったことで汗をかき、その状態で戸外活動に出掛けると外気により汗で体が冷えてしまい、風邪を引いてしまう可能性があります。
- 厚手な上着は段差や、階段の昇り降りに、公園の滑り台など足元の確認がしづらく、もこもこして動きづらいので避けた方が良いでしょう

★雪の日のPOINT★

歩行者の雪道事故はどのような時に発生するのか

～歩行時の転倒にも注意！滑りやすい場所を知りましょう～

冬期間は豪雪地帯に限らず、雪が少ない地域でも、積雪・凍結を原因とする転倒災害が多く発生しています。

転倒災害件数は、降雪量にほぼ比例しており、例年1～3月に集中して発生しています。事故が多く発生している滑りやすい場所を確認しておきましょう。

● 横断歩道の白線の上

乾いているように見えても薄い氷膜ができて、滑りやすくなっている場合があります。

● 車の出入りのある歩道（駐車場の出入口、ガソリンスタンドなど）

出入りする車のタイヤで路面上の氷が磨かれ、非常に滑りやすくなっている場合があります。

● バスやタクシーの乗り場

踏み固められて滑りやすくなっている場合があります。また、歩道と車道との段差にも注意。

● 坂道

上りよりも下るときの方が滑って転びやすく危険です。下るときは特に注意しましょう。

● ロードヒーティングの切れ目

雪や氷が融けておらず段差ができて、部分的に滑りやすい状態になっていることがあります。



雪道を安全に歩くポイント

～転びにくい上手な歩き方を知りましょう！～

● 小さな歩幅で歩きましょう

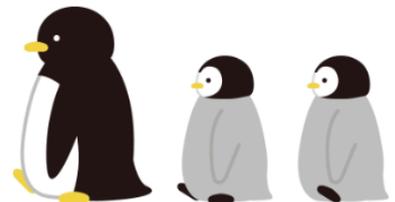
歩幅を小さくし、そろそろと歩く「ペンギン歩き」が基本です。

● 靴の裏全体を路面に付けて歩きましょう

体の重心をやや前におき、できるだけ靴の裏全体を路面につける気持ちで歩きましょう。また、履物は靴底が滑りにくいものを選びましょう。（摩擦係数の高いゴム長靴等）

● その他

転んだときのために、帽子や手袋をするなど、身に着ける物の工夫も安全対策の一つです。両手をポケットに入れて歩いたり、飲酒時もバランス感覚が鈍り危険です。また、屋根の上の雪や氷が落ちてくることがありますので、屋根にも目を配り歩きましょう。特に、暖かい日は要注意。



出典：首相官邸ホームページ

<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/setsugai.html> (外部サイト)

保健ページ

年末年始は冷え込みが厳しくなり体調を崩しやすい時期でもあります。気持ちも新たに健康管理に留意しましょう。

先月の様子

健康教育

～規則正しい生活の話～

「どうすれば朝から元気に過ごせるか？」みんなで考えました。日中元気に笑顔で過ごすためには、早寝・早起き・朝ごはんが大切であることを、クイズや絵本を通して伝えていきます。ご家庭でも規則正しい生活習慣を心がけるようお願いいたします。

～歯磨き指導～

月組を対象に、江戸川区健康サポートセンターの歯科衛生士さんが歯磨き指導をしてくださいました。6歳臼歯の生え方や正しい歯磨きの仕方を教わり、実際に歯磨きの練習をしています。“こんにちは”、“さようなら”と歯ブラシの持ち方を変えながら、上手に磨くことができていました。



朝ごはんのすすめ

～朝ごはんを食べるとこんないいことがある！～

①からだの活性化

調理する音(聴覚)食事の匂い(嗅覚)など五感を働かせ、脳に刺激を与え目覚めさせます。

②肥満防止

朝食を抜くとお昼にお腹が空きすぎてしまい、食べすぎの原因に。食べすぎた分は完全燃焼できず、太る原因になります。

③快便効果

朝食を食べる事で腸も目覚め、食べ物の刺激で排便しやすくなります。

④脳のエネルギー源

寝ている時でも脳はエネルギーを使っています。朝食を摂らないと脳に必要なエネルギーが不足し、ボーッとしたり活気がなかったり、運動量が減ったりしてしまいます。



～どんな朝ごはんがよいのでしょうか？～

①甘いものばかりの朝食は注意

脳のエネルギー不足のところへ、菓子パンやジュース、デザート系の甘いものばかり摂ると、血糖値が一気に上昇します。血糖値を下げようとインスリンという物質が大量に出て、血糖値を一気に下げます。低血糖になると無気力や神経過敏、暴力的発作、低体温などの症状が出てしまい、結局朝食抜きと同じことになってしまうのです。

②脳を動かすのは主食(ご飯、パン、麺類など)

体温を上げ、体を動かすのはたんぱく質(肉、魚、卵、大豆など)

調理ページ

先月の様子

冬至の日には「ん」がつく物を食べることを伝え、みんなで何があるか考えました。みかんやパン、ご飯等、子ども達が好きな食べ物の名前がたくさん出てきました。また、柚子の香りを嗅ぎ「いい匂いがするね」と喜ぶ姿や、当日に柚子うどんを食べると「からだがぼかぼかするね」と話していました。



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、節目を大切に作る風習があります。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。今年も『おせち料理』をはじめ『七草』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。

1月の歳時【正月】

正月とは本来、歳神様をお迎えする行事です。歳神様とは1年の初めにやってきて、その年の作物が豊かに実るように、家族が元気で暮らせるように見守ってくれる神様です。また、おせちやお雑煮を食べて神様からのご利益をもらいお祝いします。

触れる食育【いろいろな柑橘に触れてみよう】

スーパーでもたくさんの種類が並ぶ柑橘は、寒さが増す冬が旬の果物です。皮をむいたり、果汁を絞ったり、匂いをかいだり、食べたりすると子どもの五感が刺激されます。ぜひ今が旬の柑橘を食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか

季節のおすすめレシピ

【バナナ春巻き】

＜材料＞ 幼児4人分

- ・春巻きの皮 4枚
- ・バナナ 1本
- ・グラニュー糖 小さじ2杯
- ・サラダ油 小さじ2杯

＜作り方＞

- ①バナナを4等分(縦2等分、横2等分)にし、塩水又はレモン水につけておく(褐色防止)
- ②水気をよく切り、グラニュー糖をまぶす
- ③春巻きの皮で包み、片面のみ油を薄く塗る
- ④オーブン210℃で7～9分焼き、完成！



冬が旬の小豆を使ったあんこを入れるのもおすすめです！

