



# 富久ソラからのうちゅうだより（分園）

～12月号～

## ONE ROOF

「大きなおうち」を受け継ぎながら、子どもたちも職員も地域の皆さんも、みんながひとつ屋根の下で笑い、ひとつになり、そして成長して、未来を創り出す力を育てていこうという思いを込めています。

社会福祉法人東京児童協会  
富久ソラのこども園ちいさなうちゅう  
（本園）〒162-0067 東京都新宿区富久町 14-1  
TEL 03-6380-0414  
（分園）〒160-0022 東京都新宿区新宿 5-3-13  
TEL 03-6380-6437  
令和5年12月1日 発行  
園長 山口 隆子



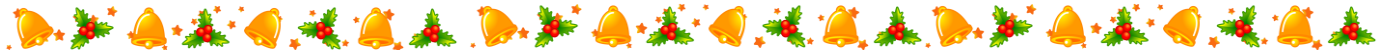
早いもので今年も年の瀬を迎え、朝夕は冷え込むようになりました。今月も子どもたちが健康に過ごせるよう、園内の温度、湿度などの管理をこまめに行い、感染予防にも引き続き努めてまいります。

### 【0.1 歳児クラス親子ふれあい交流会・2 歳児クラス親子運動交流会】

先日は、ご参加いただき、ありがとうございました。0.1 歳児クラスでは、日常の様子を写真でお伝えするとともに、クラスで親しんでいる歌遊び、手遊びをご紹介しました。また保護者の皆さまとのディスカッションでは、各ご家庭での様子も伺えて有意義な時間となりました。2 歳児クラスでは、小林直美先生を招いた運動遊びを行い、空間認知能力や運動機能の発達へ結びつく遊びを教えてくださいました。今後是非、ご家庭でお子さまとスキンシップを図りながら運動遊びを行っていただければと思います。

《交流会事後アンケート》 いただいた貴重なご意見を今後の参考にまいります。

- ・入園してからの写真や、いつもしていただいている大型絵本やふれあい遊びなど、いつもの日常を思い浮かべられてとても嬉しかったです。
- ・とても良い機会でした。子どもたち同士のやりとりが見られたり、他のご家庭と悩みを共有できたりして、とても有意義でした。
- ・運動は楽しく、また簡易で自宅でもできそうで参考になりました。
- ・講師も明るく、進めていただき、また教わる機会があれば嬉しいです。



今年も1年、園運営にご理解、ご協力を賜り、誠にありがとうございました。お身体にご自愛いただき、良き新年をお迎えください。新たな年が皆さまにとって幸多き1年となりますよう、職員一同、心よりお祈り申し上げます。来年も引き続き、よろしく願いいたします。

### 《新宿こどもまつり》

本園年長児が特別活動でお世話になっている、クリアソン新宿と地域の方々に企画しているイベントです。「あそぶ」「まなぶ」「つながる」をテーマに、スポーツとものづくりを楽しむ催しがあります。

当日は、当園保育士も会場にてブースを設けます。是非、ご参加ください。

【日時】12月23日（土）10:00～14:00  
小雨決行（中止の有無は当日決定）

【場所】新宿中央公園 多目的運動広場

※本日、配布しております、別紙をご参照ください。

### 《お知らせ》

- ・保育始めは、1月4日（木）となります。
- ・園だより1月号は、本園幼稚園機能登園日に合わせて、1月9日（火）に発行いたします。

### 12月の行事予定

日	曜	内容	対象	撮影日
6	水	身体測定	0.1 歳児	○
7	木	身体測定 0 歳児健診	2.3 歳児 0 歳児	
8	金			○
15	金	誕生会	全園児	○
21	木	0 歳児健診	0 歳児	
22	金	クリスマス会	全園児・2・3 歳保護者	
28	木	保育納め	全園児	

### 《令和6年度 継続利用意向確認書類について》

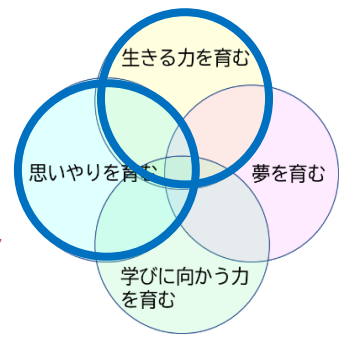
- ・11月27日（月）より封筒を配布しておりますので、内容をご確認のうえ、直接新宿区役所へご提出ください。

【対象者】 在園児全員（各家庭1部）

【提出期限】 12月15日（金）必着



ともだちだいすき！



秋から冬に季節が変わり、少し冷たい空気の中でも、あひる組の子どもたちは寒さに負けず元気に過ごしています。最近、一緒に過ごす友だちへの興味が広がり「おはよう」と手を合わせてハイタッチしたり「バイバイ」とタッチしたり、あいさつ代わりにのやりとりが盛んになっています。久しぶりに登園した友だちがいるときゅっと抱きしめて大好きな思いや嬉しい気持ちを表しています。自分より小さな友だちが泣いていると玩具を手渡し、そっと身体に触れて様子を伺う優しい仕草も見られます。また、思い通りにならない時の悔しい気持ちなども頭を振ったり表情で伝えたりしています。表情だけでなく、要求を指差して伝えたり、手足をバタバタさせたり、全身を使って思いを表し、その時々の子どもの表現を大切に私たちは、かかわっています。保育者が子どもたちの様々な思いや表現を「〇〇だね」と言葉にしなが受け止め、応答的なやりとりを大切に言葉の獲得にもつなげていきたいと思ひます。

今月から2名の新しい友だちを迎え、10名のあひる組になりました。感染症も流行する時期ですが、個々の生活リズムや発達に合わせて元気に一年を締めくくることができるよう衛生面を整え、子どもたちの体調管理に気をつけながら過ごしていきます。



### ～親子ふれあい交流会～



先月は、親子ふれあい交流会にご参加いただきありがとうございました。大好きな保護者の方と一緒に保育室で過ごす嬉しそうな子どもたちの笑顔が印象的でした。ふれあい遊びやリズム体操などご家庭でも楽しんでいただけましたら幸いです。



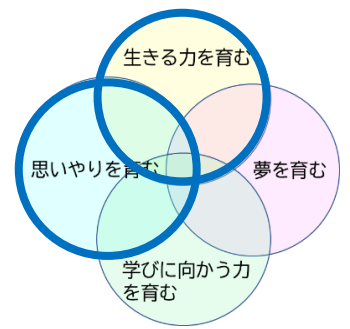
### <12月のねらい>

- ・保育者に要求を受け止めてもらい、安心して過ごす。(低月齢児)
- ・簡単な身の回りのことを保育者と一緒にやってみようとする。(高月齢児)





## 「やさしさ」と「おもいやり」



季節は冬になりました。最近のうさぎ組は、人とのかかわりの中で、言葉や仕草、表情など今まで以上に表現が豊かになっています。

先日、園庭で遊んでいる際に、庭の柿が多く実っており、それを保育者がもいで、子どもたちに渡しました。子どもたちは、柿を手にとるとバケツに入れたり、じっくり観察したりとそれぞれの観点で触れていました。子どもたちが一つずつ実を手を持っていると、一人の子が、持っていたはずの実をどこかに置いてしまい「ぼくのがない！」と涙目になっていました。それを近くで見ていた子が「いいこ、いいこ」と頭を撫で、自分が大事にしている思いと、友だちも同じ思いと気づいた優しい仕草が見られた一時でした。

子どもたちは、“自分の”“自分で”という意識が明確になり、大きな発達の節目となり、一人ひとりのかかわりや仕草から思いやりや優しい気持ちが育っていることに大きな喜びを感じます。これからも子どもたち同士の優しい思いを尊重しながら、状況に応じて保育者が間に入り、互いの思いに気づけるようかかわっていきます。



かして！

### ～親子ふれあい交流会～

先月は、親子ふれあい交流会にご参加いただきありがとうございました。子どもたちはふれあい遊びを通して、言葉や身体の使い方を覚え、リズム感を身につけていきます。また、遊びの中で匂いや触り心地など五感が刺激され心身の発達が促されていきます。大人がサポートすることで遊びの世界が広がり、より多くの刺激を得ることができるようになります。ご家庭でも是非行ってみてください。



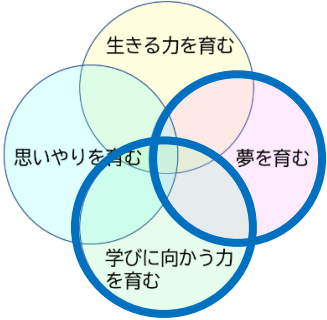
### <12月のねらい>

- 安定した生活の中で自分の気持ちを身振りや言葉で表現し、安心して過ごせるようにする。
- 友だちとのかかわり方を知り、言葉でのやりとりを楽しむ。





# 制作ってたのしいね!!



先月、はな組がアトリエ活動で作った『積み木monster』が玄関に飾られていました。それをひよこ組の子どもたちが見て「これなに?」「もんすたーっておぼけ」「やってみたい」と興味を示し、子どもたちの声からひよこ組でも作ってみることにしました。積み木monsterは、様々な形の木片に絵の具で色を付けて作ります。色付けをする際に、子どもたちがしっかり握ってスタンプできるよう、小さなペットボトルとスポンジのドットマーカーを絵筆の代わりにして使うことにしました。保育者がそのペットボトルに水を入れていると「ほくもやりたい」と声上がり、子どもたちと一緒にたくさんの色のマーカーを作り、手が汚れることが苦手な子どもも、絵の具の色を選ぶところから積極的に参加していました。



木片の各面に絵の具を塗りながら、下に敷いている紙にも四角い模様が表れていることに気づくと「おもしろいね」と色が写る様子も楽しみながら色を塗り、色とりどりの素敵な作品が出来上がると「きれいだね」と満足そうに話していました。絵の具を乾かし、翌日にシールで目と口を貼ってモールを巻き付け、可愛いmonsterたちが完成すると「かわいいね」「ぱぱにみせる」「おうちにもってかえる」と様々な意見が出ましたが「かわいいmonsterみんなにみてもらおう」と玄関に飾ることにしました。互いの作品を見ながら、子どもたちの表情も笑顔でいっぱいでした。

今月も一人ひとりの気付きを大切に、様々な素材に触れられるよう、子どもたちの興味関心に合わせて活動を行っていきます。



## ～親子運動交流会～

先月は、親子運動交流会にご参加いただきありがとうございました。短い時間でしたが、保護者の方と一緒に園内で交流する時間がもてたことや、子どもたちのたくさんの笑顔を見ていただくことができて良かったです。

これからも、小林直美先生から教わった運動遊びを日常の保育にも取り入れていき四肢の発達や体幹を養っていきたいと思います。



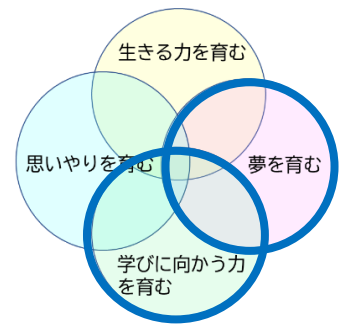
## <12月のねらい>

- 一人ひとりが保育士等に思いを受け止めてもらい、自分の気持ちを言葉で表せるようにする。
- 生活や遊びの中でルールや約束事などがあることを知る。





## いろいろなことに挑戦！



先月は、ハサミや折り紙などを用いて、手や指先を使いながら七五三の千歳飴袋の制作を行いました。ハサミを使う際に、初めは親指に力を入れて切ることを「むずかしい」と話していましたが繰り返すことで連続して紙を切れるようになり、得意げに取り組んでいました。折り紙を折る際には、保育者と一緒に亀の折り方を確認しながら、細かな部分も集中して作り上げていました。自分で袋の形や飾りを作り上げたことで「ぜんぶ、じぶんでできたよ」と喜び、それが自信へと繋がっています。子どもたちは、制作活動だけでなく、様々な場面でも「じぶんでやる」という気持ちが強くなり、自分で考え工夫しながら諦めず取り組もうと日々過ごしています。

楽器を使った表現遊びでは、初めに子どもたちが自由にカスタネットや鈴を鳴らして、どんな音がするのかを体験しました。みんながバラバラに音を鳴らすと「なんかうるさいね」と気付いた子どもの言葉から、次に保育者が奏でるギターやピアノのリズムに合わせて楽器をリズム打ちしました。おもちゃのチャチャチャの曲に合わせて音を鳴らしてみるとそれぞれの楽器の音が揃って聞こえ「きれいだね」と目を輝かせていました。音やリズムが合わせる心地よさを感じながら、季節に因んだ歌にも親しみ、みんなにも見てもらいたいと意欲的に表現活動を行っています。クリスマス会当日も披露します。是非、楽しみにしてください。



きれいな  
おとだね。



### ～身支度を自分でやっています～

日々の園生活の中で登降園時や活動後の着替え準備、荷物の片付けなど身の回りのことを進んで行おうとしています。戸外へ出かける時には、上着を着用することも多くなり、以前は保育者に手伝ってもらうことも多かったのですが最近では「ハンガーにかけるんだよね」と自らで気づき、支度をしています。



### <12月のねらい>

- 自分で考えながら、気候に合った衣服の調整し、快適に過ごす。
- 様々な行事に参加し、表現する喜びを味わったり、友だちの表現を見て楽しんだりする。



# 保健だより

年の瀬を迎え、イベントが多い月です。生活リズムを整えて、感染症を引き起こす菌やウイルスから身体を守りましょう。外出する際には、混雑した場所は避け、外から帰ったら手洗いうがいを忘れずにしましょう。

## 12月の目標

手洗い、水分摂取を行い  
冬の感染症を予防する

### 《感染性胃腸炎が流行する季節です》

ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。吐き気や嘔吐、下痢がある場合は早めに受診し、脱水症状にならないようこまめに水分補給をしましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているため適切な処理が必要となります。片付け後は、手洗いうがいをしっかりと行いましょう。

#### ●水分補給の方法

一度にたくさん飲ませると吐いてしまうので、最初はスプーン1杯から始めて1～5分おきに飲ませてください。嘔吐がなければ少しずつ1回に飲む量を増やしていきましょう。

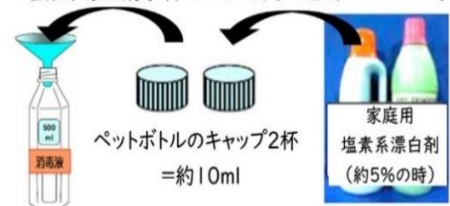
#### ●汚れた衣類等の消毒方法

塩素系漂白剤を0.1%に薄めたもので30分つけ置きか85℃の熱湯に1分以上つけます。消毒後は洗濯機で洗えます。換気を行い、汚れた場所も消毒しましょう。

園で嘔吐や下痢によって汚れてしまった寝具や衣類は、感染症の拡大予防のため洗わず返却いたします。ご理解ご協力をお願いいたします。

便やおう吐物が付着した床、トイレなどを消毒するとき  
：約0.1%の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

500ml ペットボトルに水を半分くらい入れ、  
塩素系漂白剤原液10ml加え、水で全体を500mlに。



### 《誤飲・窒息・中毒に注意しましょう》

普段と違った食事をする機会も増える年末年始です。以下の食品の摂取に注意しましょう。

#### ●気道異物事故で気をつけたい食品

- 丸くつるつるした食物 →ピーナッツ、枝豆、ミニトマト、キャンディー
- 噛みにくい食物 →グミ、お餅、団子、こんにゃくゼリー



※ナッツ類は砕いても小さい粒が気管に入ると取りにくいので、5歳以下では食べないようにしましょう。

銀杏は食べすぎると、大人でもけいれんなどをおこす中毒事故が報告されています。

※公益財団法人日本中毒情報センターより

年末年始は病院も休診が多くなります。事前に診療体制について調べておくと安心です。

＜新宿区＞

休日診療所：新宿区医師会 区民健康センター

実施日：日曜日、祝日、年末年始 12/29～1/3

時間：小児科 9:00～17:00

電話：03-3208-2223

※必ず事前に電話で症状を伝えてから、指定された時間に来院してください。



# 食育だより

## 【先月の様子】

冬野菜が旬を迎え、ひよこ組は、白菜ちぎりを行いました。「みどりいろのところはかんたんにちぎれるね！でもしろいところはすこしかたいね」「これくらいのおおきさだと、うさぎぐみのみんなもたべられるかな？」と友だちと話しながら一生懸命に、一口大にちぎろうと大きさをみながら取り組んでいました。翌日に白菜が入った献立が出ると、「はくさいあった～！」「きのうがんばったんだよね」と教えてくれました♪



寒さも一層深まり、南瓜や蓮根などの身体を温める野菜を積極的に取り入れています。その他にも長ねぎ、玉ねぎ、生姜などを取り入れるとより身体が温まって血液循環が良くなり、免疫機能が高まり風邪予防につながります。おやつにも出来るだけ温かいメニューを取り入れ、適温での提供を心掛けています。

クリスマスやお正月等、家族で過ごす時間が多くなる時期です。家族で食卓を囲むことは会話も増えて、より食事が美味しく感じられます。行事食に親しむ等、ぜひ楽しい時間をお過ごしください。

## こども園おすすめレシピ 「南瓜プリン」



### 《材料》 (大人2人子ども2人分)

- |           |      |     |
|-----------|------|-----|
| ・南瓜       | 175g | } A |
| ・牛乳       | 150g |     |
| ・生クリーム    | 100g |     |
| ・卵        | 100g |     |
| ・砂糖       | 20g  |     |
| ・バニラエッセンス | 少々   |     |
- ★カラメル：砂糖 6g、水 6g

### 《作り方》

- ① 南瓜の種と皮を剥き、適度な大きさに切る。  
レンジで5分程度、つぶせる固さまで加熱する。
  - ② ボウルにAの材料を入れよく混ぜる。  
①の南瓜を加え、裏ごしをする。
  - ③ 型に流し入れ、150℃のオーブンで湯煎焼きし30分程焼く。
  - ④ ③を揺らして、液体感がなく焼き固まっていれば出来上がり。
- ★お好みに煮詰めたカラメルをかけて、お召し上がりください。

## 家庭でできる食育



### ～南瓜の種取り～



日本で主流の『西洋南瓜』は、ほくほくしていて甘みの強さが特徴です。野菜の中でも、抗酸化ビタミンA・C・Eの揃った、トップクラスの栄養価をもち、皮ごと食べるのがお勧めです。園では『南瓜』を取り入れた食育として、“南瓜の種取り”を行っています。大きめのスプーンを使うと、種とわたを簡単にくりぬくことができます。南瓜も1/6の大きさに切っておくと行いやすいです。手先の発達が見られる2歳半頃からお勧めします。ぜひご家庭でもお子さんとかかわりながら行ってみてください。