

キミトミライトたより

～10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
目黒三田保育園キミトミライト
〒153-0062 東京都目黒区三田 1-11-26
TEL 03-6412-7181
令和2年10月1日 発行
園長 松山 俊介



戸外活動

先日、三田の丘の上公園で幼児クラスの子どもとどんぐり拾いをしてきました。どんぐりを見つけると両手いっぱい握りしめ、ビニール袋に入れていました。生い茂った草から小さなどんぐりを一生懸命見つけては嬉しそうに見せ合っています。また、広い公園内では自分たちで鬼を決め鬼ごっこを楽しみ、体も頭も使いながら戸外活動を満喫していたように感じます。夏のうだるような暑さから、秋の心地よい風が吹く過ごしやすい季節となり戸外活動を充実させていきたいと思えます。

第三者評価のご協力ありがとうございました。

先日保護者の皆様に第三者評価の利用者アンケートの結果をお配りさせていただきました。9割の方が保育園への総合的な感想として満足というご回答をいただきました。また、集計結果の中には戸外活動についてや保育内容が見えないことなどの不安などもご意見いただきましたので保育園運営に反映させていただきたいと思えます。

本来であれば懇談会を通じて今年度の目標や職員紹介、そしてお子さまの様子を伝え合い職員と保護者、保護者同士の懇談を予定しておりました。しかし、社会状況を踏まえて延期をした結果、半年間保護者の皆さまは園生活における不安などがあったことと思えます。これらを踏まえて、今月より個人面談を行っていきます。園での様子をお伝えするとともに、各ご家庭での様子をお聞きし、お子さま一人一人の健やかな成長発達のため情報共有を行えればと思っております。お忙しいとは存じますがぜひご参加いただければと思えます。また、今回の面談期間に日程調整が難しい場合は職員までお声掛けください。柔軟に対応させていただきたいと思えます。

冬の感染症

今月よりGO TOキャンペーンの対象に東京都が入るなど、緩やかに社会生活をもとに戻そうとしている動きが見られます。季節も秋から冬へと移り変わるこの時期には新型コロナウイルスだけでなく冬の感染症であるインフルエンザやRSウイルスも猛威を振ります。これらに有効なのはやはり基本である手洗い・うがいです。子どもたちは、毎朝必ず手を洗う習慣が身に付き手洗いが上手になってきています。季節の変わり目により大人も子どもも体調を崩しやすい時期です。体調がすぐれない場合はには、必ず通院をし元気に保育園へ登園をお願いいたします。体調面で何か不安なことなどあればお気軽に職員までお声掛けください。

それでは今月もよろしくお願いたします。

お知らせ・お願い

●個人面談について

新型コロナウイルスの感染症対策として6月の懇談会を中止としたため、個人面談を実施します。日程は、以下の期間から希望を取らせていただきます。なお、詳細は後日お伝えいたします。

期間 10月19日(月)～11月20日(金) ※時間は夕方を予定しております。

<10月の予定>

日	曜	内容	対象
9	金	避難訓練	全園児

<11月の予定>

日	曜	内容	対象
13	金	避難訓練	全園児

クラスだより



10月に入り段々と涼しくなり、気持ちの良い季節ですね。過ごしやすくなったこともあり、よく食べ、よく動き、よく遊ぶことを楽しんでいる子どもたちです。散歩に行く機会が多くなり外気に触れることを楽しめるようになりました。戸外の準備の際に靴下を自分で箱から取り、やってみようとする姿や帽子を被ろうとして逆に付けてツバが後ろになってしまう姿がとても微笑ましいです。また、友だちと手を繋いで一緒に歩き、保育者が「友だちと手を繋いで歩こうね」と伝えると「はーい！」と返事をして戸外に向かっています。散歩している途中で花や葉っぱを見つけた時には「何色かな？」と聞くと「あか！」「ピンク！」と言うなど自然を感じて楽しんでいます。昼夜の気温差があり、風邪を引きやすくなる季節ですので鼻水や咳が出ている際は早めに受診したり、休息をしっかり取ったりと無理をしないようお願いします。園でも健康面に注意して過ごしていきたいと思います。また、洋服や靴下、靴などに記名をしてあるか今一度確認し、名前が薄れていたり、記入漏れしたりする場合は、ご記入をよろしくお願いします。（依田）

<今月のねらい>

- ・秋の自然に触れ、いろいろな物の発見を楽しみながら戸外活動を十分に楽しむ。
- ・ゆったりとした環境で元氣過ごせるようにする。



残暑が厳しい夏が続きましたが、ようやく気温も下がり散歩日和になりました。久しぶりに散歩に出かけると、友だちと手を繋いでまっすぐ前を歩く事が難しく斜めに進んでしまったり、前を歩いている友だちとの距離が空いてしまったり、間隔を気にせず前にいる友だちの靴を踏んでしまう事もあります。声掛けをすると少しずつ意識し歩けるようになってきました。蟻を見つけると目で追い観察し「せんせーありいたよ！」「なんかはこんでいるよ！」と発見したことを嬉しそうに話してくれます。また、小石を掌にいっぱい拾い集めると「おはなのたねだよ」と保育者に見せ、側にいる子どもたちが興味を示して掌をのぞき込んでいます。今後も、子どもたちのいろいろな発見に応え、楽しんでいけるようにしていきたいと思います。

外遊び後は”おねがいかめさん”の歌に合わせて手洗いを丁寧に行えるように伝えていきました。覚えたフレーズを何度も繰り返し歌いながら手洗いをしたり、親指や手首まで「こうするの？」と聞きながら洗っています。感染症に備えて今後も丁寧に洗い、すすぎ残しがないよう保育者が確認しながら手洗い方法を伝えていきたいと思います。（山田）

<今月のねらい>

- ・丁寧に手を洗う。
- ・秋の季節を感じながら戸外遊びを楽しむ。



朝夕も涼しくなり、過ごしやすい季節となりました。先月から戸外活動を再開し、天気の良い日は散歩へ出掛けています。「今日は散歩行くよー！」と声を掛けると、「今日は誰と手をつなごうかな」と考え友だちのところへ誘いに行く姿があります。保育園のすぐ裏にある跨線橋へ出掛けると、以前は電車に手を振ることに夢中だった子どもたちも最近はお虫探しを楽しむようになり、「セミの羽見つけた」「あっとんぼがいるよ！」「カナブンつかまえたよ」と喜んで保育者や友だちに教える姿が多くなってきています。見つけた虫を地面に集めたり、友だちと交換をしたりする姿も見られています。園へ戻り図鑑を見て「今日これ見つけたよね」と友だちと会話をする姿がとても微笑ましいです。また先日は室内でも自然に親しめるよう虫の宝探しを楽しんでいます。子どもたちはすっかり虫の名前を覚え、自信満々に答える姿がありました。今後も秋の自然に触れ合う喜びや楽しさを一緒に共感しながら楽しんでいきたいと思っています。(松田)

<今月のねらい>

- 秋の自然に親しみ、興味を持って見たり、触れたりする。
- リズムに合わせて体操したり、踊ったりする。



少しずつ秋に近づき、涼しくなってきましたね。保育園でも秋の季節を感じながら、外周散歩に行っています。散歩先では、虫や草花を探したり、走ったりできる場所では追いかけて楽しむ姿も見られます。虫を見つけると始めは「こわーい」と逃げていた子どももみんなが触れているのを見て「ちょっとみせて」「さわらせて」と自分から手に取ってみたり、触ってみたりしていました。草花を見つけると「これはなに？」「きれいだね」と会話をしながら歩く姿も見られます。また、水耕栽培でアスパラ菜を育て始めましたが、種を見て「あおいたね？くろいたね？」「ちいさいね」と観察をし、種から育て始めています。毎日、少しずつ伸びる葉に「あ、のびた」「はっぱがついた」と喜んでいます。日々観察をして週1回程度絵を描くときには真剣に見て、アスパラ菜が成長する姿を嬉しそうに描いていました。今後もいろいろな経験が出来るように工夫をして活動に取り組んでいきたいと思っています。(小林)

<今月のねらい>

○ほしくみ

- 自分の気持ちを安心して表現をし、安定感を持って過ごせるようにする。
- 秋の自然現象に気付き、興味や関心を持つ。

○つきぐみ

- 保育者等に声を掛けられたり見守られることで安心して、何事も最後まで取り組む。
- 身近な自然と触れ合う中で、数、量、文字、時間等に関心を深める。

保健より

秋は気温差が激しいため、風邪を引きやすくなります。
規則正しい生活をしてウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

10月10日は目の愛護デーです

子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成すると
言われています。その後の視力は幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係して
いるそうです。たくさん遊び外の景色をたくさん見せることで視力を育てて
いきます。

目の働き

視力 : 物の形や大きさ、
動きを認識視野
目を動かさず見る範囲
色覚 : 色を感じる
光彩 : 光の強弱を区別する
両眼視 : 両目で立体的なものを見る
6歳くらいまでに完成すると
言われています

視力の発達

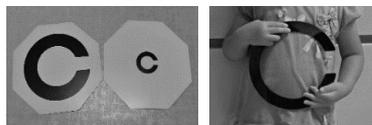
新生児 : 明暗がぼんやりわかる
生後1カ月 : 目の前の手の動きがわかる
3カ月 : 0.01 ~ 0.02
6カ月 : 0.04 ~ 0.08
1歳 : 0.2 ~ 0.25
2歳 : 0.5 ~ 0.6
3歳 : 0.7 ~ 1.0
4歳 : 1.0

涙の働き

- 角膜の乾燥を防ぎ、傷の治りを早める
- 細菌やアレルギー物質を洗い流す
- 目の表面に酸素や栄養を運ぶ

視力検査

幼児クラスでは下記の写真の検査グッズを使って視力検査をします。
検査者が離れた場所から紙を持ち、子どもはプラスチックの模型で模倣を
して検査します。



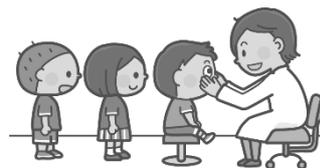
〈注意ポイント〉

- テレビや絵本に近付いて見る
- 明るい戸外でまぶしがる
- 目を細めて見る
- 上目遣いに物を見る
- 目つきが悪い、目が寄っている
- 見る時に首を傾げる
- 見る時に頭を傾げる

上記の症状があるときは眼科に
相談しましょう

目の病気

- ものもらい（麦粒腫）
まつ毛の根元に菌が入り、腫れたり赤くなったりする
- 逆さまつげ
まつ毛が内側に向けて生えていたりするため、まつ毛が目に入り
チクチクする
目を触ることで細菌感染を起こしやすくなります
- 流行り目（流行性角結膜炎）
目が赤くなって涙が出たり、瞼が腫れ、目がゴロゴロした感じになる
登園には「意見書」が必要です
- アレルギー性結膜炎
花粉、動物の毛、ゴミなどにより、目がかゆくなる



子どもは視力が悪いことを自覚
できません。注意ポイントを普段
から気にかけてみるようにしま
しょう。



風邪に負けない身体づくり



日中は暖かいですが、朝夕は涼しい季節となりました。気温差が激しいため、汗をかいて濡れた下着を着ていると冷えて風邪をひくことがあります。暑さにも寒さにも対応できるように、上着などで調えられる服装、汗を吸収してくれる下着の着用をしましょう。
また、栄養のある食事、睡眠、規則正しい生活をしてウイルスを寄せ付けないように心がけましょう。
園でも変わらず、手洗い、幼児クラスはうがいを心がけたいと思います。
ご家庭でもこまめな手洗いうがいをよろしくおねがいします。

★咳や鼻水、熱があるときは病院受診をし、集団生活が可能かどうか感染症ではないかの確認を
お願いします。



栄養士より



十五夜について



今年の十五夜は10月1日です。新月から満月になるまで、およそ15日かかることから呼ばれる「十五夜」は毎月あります。しかし、十五夜の中で旧暦の8月15日にあたる夜に見える月を「中秋の名月」と言い、空気が澄んで月がとても鮮やかに見えることから、一般的にこの日を十五夜とされています。

また、秋の収穫を祝い、満月にお供えして、実りを感謝する風習があります。ご家庭でもお供え物を用意して、お月見を楽しんでみてください。

『十五夜（中秋の名月）』～お供え物の意味・供え方～

お月見団子

収穫された米の粉で作った団子を満月に見立て、三方にのせて供えます。



里芋

一株にたくさん実をつけることから子孫繁栄を願い、蒸したり茹でたりした里芋を供えます。



すすき

魔除けになるとされ、すすきの穂を稲穂に見立てて飾ります。



秋の果実や野菜

この時期に獲れた 柿、梨、ぶどう、栗、豆、さつま芋などを供えます。



食べ物はお月見が終わったら食べましょう。お供え物を体に取り入れることにより、健康や幸せを得ることができると考えられています。

『目の愛護デー』～目を大切にしよう～

10月10日を横にすると、眉と目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。目の愛護デー献立には、目に良い働きをする食べ物を中心に入れています。

園の献立

<お昼>

- ✿人参の彩りご飯
- ✿鰯の和風ハンバーグ
- ✿人参のカロテンサラダ
- ✿ほうれん草と油揚げの味噌汁
- ✿キャロットゼリー

<おやつ>

- ✿ブルーベリーケーキ
- ✿牛乳

献立のPOINT

【人参、ほうれん草（β - カロテン）】



…体内でビタミン A となり、目の粘膜を強くし、疲れや乾燥を防ぎます。

【鰯（DHA）】



…視神経や網膜を作る材料となって血行を良くし、疲れ目やドライアイの防止、視覚機能の改善を助けます。

【ブルーベリー（アントシアニン）】



…眼精疲労を回復し、視力を改善する働きがあります。



～秋の野菜を食べよう～



テーマ野菜「さつま芋」を始めとした芋類やきのこ類、根菜など秋が旬の野菜には、夏の疲れをとり、体の調子を整えてくれる栄養素がたくさん入っています。しっかり食べて、天気や気温の変化に対応できる体作りをしていきましょう。



～命をいただく～



この時季は「収穫の秋」と言われ、おいしい食材がたくさん獲れます。食べ物には全て命があります。園では、食べ物の命をいただく「いただきます」「ごちそうさま」の言葉に込められている意味を話し、私達が生きる為の栄養になっていることも添えながら、残さず感謝して食べることを伝えていきます。