

# さくらだより

## 令和7年1月

社会福祉法人東京児童協会 江東区南砂さくら保育園  
〒136-0076 東京都江東区南砂 6-8-3  
TEL: 03-5690-2190  
FAX: 03-5690-2191  
園長 小堀 可奈



新年あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお願いいたします



2025年が明けました。良い連休を過ごせましたでしょうか。  
ご家族でゆっくりする時間も大事な時間ですね。子どもたちの心も満たされたと思います。  
今年巳年。へびは脱皮する習性から「復活と再生」の意味を持ち、強い生命力(長寿)につながる縁起の良い動物とされています、新しいことが始まる時期、そして“実を結ぶ年”とも言われているようです。  
子どもたちの成長も日々の積み重ねが大切です。それぞれの好きなこと、頑張っていることが実を結ぶ良い年になるといいなと願っています。  
そしてへびのように長〜々笑顔が数珠繋ぎに連鎖していく園になるよう職員一同努めてまいります。本年も一年、よろしくお願いいたします。

### 【災害への備え】

1年前、能登半島地震が元旦に起きました。あれから1年。まだまだ復興出来ていない場所が多く、報道等を見ても心が痛む思いです。  
私たちに出来ること、起こりうる災害に向けて、日頃からの備えをしていくことです。年の初めに備蓄や避難場所の確認をご家族でしておきましょう。  
園でも出来ること、どんな時も落ち着いて行動出来るよう毎月の避難訓練を実施し子どもたちの命を守るように、安全に引き渡しが出来るよう備えていきます。  
年末に避難靴を持ち帰っていただきました。サイズの見直しをして持ってきていただきますようお願いいたします。

### 【大きくなった会】

12月14日(土)に4, 5歳児の大きくなった会を開催しました。保護者の皆様に見守られながら堂々とそして個性豊かに表現してくれました。大きくなるにつれて恥ずかしさも感じる姿もみられましたが、それも心の成長ですね。今年度のテーマ「いろいろなかたち いろいろないろ」を見事に表現してくれたと思います。そして個が光りつつも他者を思い、助け合い、協力する姿もみられました。無事に開催出来たのも保護者の皆様のご協力あってこそでした。衣装等お忙しい中用意していただきありがとうございました。  
今月は2, 3歳児クラスの大きくなった会が開催されます。4, 5歳児クラスの大きくなった会もリハーサルではお客さんとして見に来てくれていました。大きな舞台に緊張する様子もあると思います。いつもと違う雰囲気不安になることもあると思います。それも今の成長として温かく見守ってくださると嬉しいです。

### 【規則正しい生活で健康な身体作りを】

年末年始、美味しいものをたくさん食べ、日常の生活より少しゆったりと過ごしたご家庭も多いと思います。1月から3月は感染症も流行する季節です。「早寝早起き」「3食食事を摂る」「手洗いうがいの徹底」をぜひ意識してみてください。健康で笑顔に毎日過ごしたいですね。  
また、厚着すぎると熱が身体にこもってしまい正しく発汗できなくなってしまうこともあります。適度な服装で過ごしましょう。  
園でも健康な身体作りとして、手洗いうがい、適度な運動、栄養満点な食事に努めていきます。



# つきぐみ 1月

あけまして  
おめでとうございます



◆ 12/14に最後の大きくなった会を行いました。本番までの期間、「だいほんよみたい！」と1日に何度も台本を読んだり、「ありすのおんがくながして！」と保育者に言い、みんなで歌ったり踊ったりして過ごしていました。リハーサルの時からセリフだけでなく舞台上での動き方、ダンスの位置等をフォローし合っている子どもたち。当日、一人ひとりが楽しみながらもみんなで「こころを一つに」協力している姿を見て、大きくなったなと感動していました。

♣ つきぐみさん、ほんとうにおおきくなったね。とってもしょうずだったよ！



お手伝い当番では各グループ1週間に1回、ランチルーム掃除をしています。雑巾の絞り方や机・床の拭き方等、始めたばかりの時は苦戦する姿もありましたが段々と力の入れ方が上手になってきています。「つぎはなにをしたらいい？」ととても意欲的な子どもたち！この経験が就学後の姿に繋がるといいなと思います。

【1月の目標】

- 冬の自然現象や日本の文化に興味や関心を持ち、遊びの中に取り入れて楽しむ。
- 友だち同士で話し合い、解決したり提案したりして物事を運べるようになる。

【おたのしみ】

- 正月遊びや伝承遊びを楽しもう ～コマ、羽根つき、すごろく、福笑い～
- 鬼のお面を作り、節分に興味を持とう。

\*\*\*\*\*

【クラスのお知らせ・お願いごと】

- ・就学に向けて1月中旬より午睡を終了します。今までシーツ等のご準備ありがとうございました。
- ・体調やお子さんの様子に合わせて柔軟に対応していきたいと思いますので、何かご相談がある場合は職員までお願いいたします。



# ほしぐみ 1月



大きくなった会ご参加ありがとうございました♪  
踊る事が大好きな星組さん☆  
ダンスでも自分の気持ちを表現出来る事を今回の大きくなった会で感じてもらえてたら嬉しいです。  
ファンの皆様からの愛を  
沢山頂けた分、子どもたちも  
楽しく踊れたと思います！  
子どもたちのとびきりスマイル  
は先生たちの宝物です。

## 1月の目標

- ・冬の自然の中でも元気に体を動かして遊ぶ事を楽しむ。
- ・冬の生活に必要な習慣を身につけ、健康で快適に過ごせるようにする。

## 1月のお楽しみ

- ・日本の伝統文化に興味を持ち、正月遊びを友だちと楽しもう。
- ・様々な技法を使って鬼のお面作りを楽しもう。

## クラスのお知らせ・お願い事

- ・お子様の持ち物全てに名前の記入をお願い致します。

12月星組さんの中で流行った遊びは  
”ドロケイ”です！

全身運動を楽しみながら警察と泥棒に分かれて団結しながら楽しんでいる姿や中には作戦を考える友だちの様子も見られていました☆1月も寒さに負けず、沢山公園に出向き集団遊びを保育者も一緒に楽しみたいと思います！

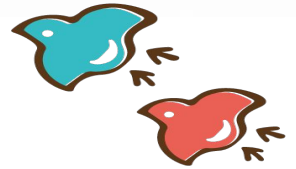






# はなぐみ 1月

あけまして  
おめでとう



新年あけましておめでとうございます。  
今年もよろしくお願いいいたします！  
幼児クラスになり、異文化交流やキッズダンス、  
体育指導などの特別活動が始まり新しい事に  
沢山チャレンジした一年でしたね。  
今年度も残り三か月となりました。  
残りの三か月みんなで楽しんで  
沢山思い出を作っていけたらと思います！



## 【クラスのお知らせ・お願いごと】

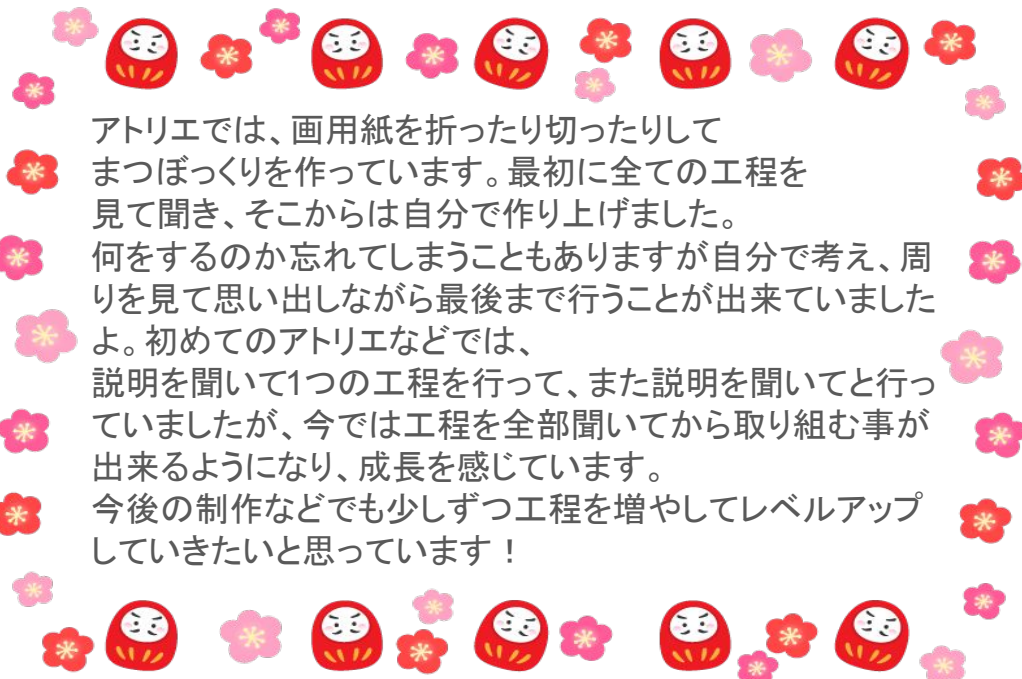
- ・発表会やクラス移行に向けてのお知らせをKindyのクラス投稿にて配信する事が増えます。日々のクラス投稿に目を通してもらえるようお願いいたします。
- ・1月18日(土)に大きくなった会を開催します。それに伴い1月9日、16日にリハーサルを行なう予定です。出来る限り登園をお願い致します。

## 【1月の目標】

- 思いや考えを伝え合いながら、友だちと一緒に遊ぶ楽しさを味わう。
- 手洗いうがいをを行い感染症予防を意識する。

## 【お楽しみ】

- お正月の伝統遊びを楽しもう。(福笑い、かるた等)
- 大きくなった会に期待を持ち、友だちと一緒に歌ったり踊ったりと表現する事を楽しもう。



アトリエでは、画用紙を折ったり切ったりしてまつぼっくりを作っています。最初に全ての工程を見て聞き、そこからは自分で作り上げました。

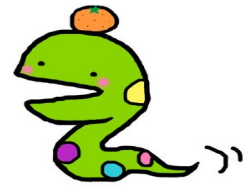
何をするのか忘れてしまうこともあります。自分で考え、周りを見て思い出しながら最後まで行うことができていましたよ。初めてのアトリエなどでは、

説明を聞いて1つの工程を行って、また説明を聞いてと行っていました。今では工程を全部聞いてから取り組む事が出来るようになり、成長を感じています。

今後の制作などでも少しずつ工程を増やしてレベルアップしていきたいと思っています！



# ひよこぐみ 1月



明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします！  
新しい一年がお子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔があふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。  
今年度も残りわずかですが、インフルエンザなどの感染症が流行っているので  
体調管理などに気を配りながら一日一日を元気に過ごしていきたいと思ひます。

楽器遊びでは初めて見る楽器にワクワクドキドキしている様子でしたが...  
鈴やカスタネット、木琴を鳴らして色んな楽器の音を聞きながら楽しむ姿や  
音楽に合わせて楽器を鳴らす姿が見られました！その姿はまるで森の音楽隊のよう  
でしたよ♪  
大きくなった会の練習では自分のマークを見つけその位置に立ってダンスの練習を  
しました。ドキドキしながらも頑張って踊る姿が見られましたよ！また、区民館の  
ステージで衣装を着て踊るという練習も頑張りました！本番が楽しみですね☆

## <1月の目標>

- 自分の身の回りの事を意欲的に取り組んでみる。
- 寒さに負けず戸外で思う存分身体を動かそう。

## <今月のお楽しみ>

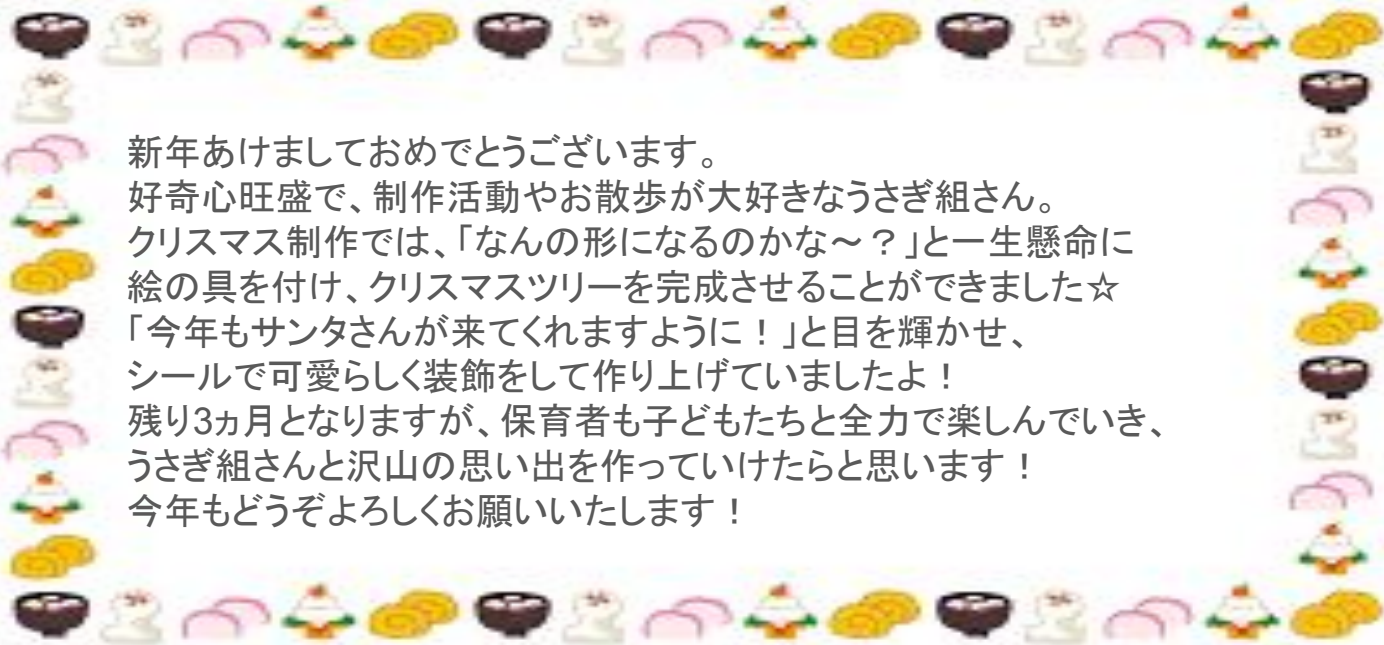
- ◎正月の遊びを知り楽しもう。
- ◎発表会に参加し、表現する事の楽しさを知ろう。

## <お知らせ>

- ・1月9日(木)、16日(木)に大きくなった会のリハーサルを行う予定です。出来る限り登園をお願い致します。
- ・18日(土)に大きくなった会を行ないます。お知らせを随時園内に掲示していますので確認をお願い致します。



# うさぎぐみ 1月



新年あけましておめでとうございます。  
好奇心旺盛で、制作活動やお散歩が大好きなうさぎ組さん。  
クリスマス制作では、「なんの形になるのかな〜？」と一生懸命に  
絵の具を付け、クリスマスツリーを完成させることができました☆  
「今年もサンタさんが来てくれますように！」と目を輝かせ、  
シールで可愛らしく装飾をして作り上げていましたよ！  
残り3ヵ月となりますが、保育者も子どもたちと全力で楽しんでいき、  
うさぎ組さんと沢山の思い出を作っていけたらと思います！  
今年もどうぞよろしく願いいたします！

## 【1月の目標】

- ・保育士等や友だちと簡単な言葉のやり取りを楽しみながら模倣したり、見立てたり、ごっこ遊びを十分に楽しむ。
- ・冬の自然に触れながら、戸外で十分に体を動かす。

## 【お楽しみ】

- ・正月の雰囲気を楽しみながら、正月遊びをしてみよう！

## 【クラスのお知らせ・お願いごと】

来年度のクラス移行に向けて、2歳児クラスへ遊びに行っています。  
部屋の中では歩くこと、数や人数に限りがあるものは  
順番を守ることなどの約束事を伝えてから遊び始めています。  
今後も2階へ行く機会が増えていきます。階段を使用する為、  
動きやすい服装での登園をお願いいたします。

また、うさぎ組入口内にあるラックには、

**散歩用の上着**を掛けていただきますようお願いいたします。

登降園用の上着は保護者ロッカーでの管理をしていただきますと幸いです。



# あひるぐみ

あけまして  
おめでとう  
ございます



あけましておめでとうございます。  
本年もよろしくお祈りします！進級に向けて少しずつ環境等が変わってくる時期に入ってきました。子どもたちの成長を楽しみ一緒に喜びながら、またひとつお兄さん、お姉さんになるあひる組さんを全力でサポートしていきます。残りの期間も一緒に喜びや困りごと共有していきましょう！よろしくお祈りします。

保育者や友だちとの関わりが増え、簡単な言葉でのやり取りや玩具を使って意思疎通をしたりする姿が見られています。特にままごと遊びでは玩具をご飯に見立てて料理をし「どうぞ」と差し出し食べる真似を！食べ終わった後には「どうも」とお辞儀をして、気持ちが伝わり合った嬉しさから笑い合う姿も！保育者の復唱をして発語も増え、言葉を発する楽しさも感じ始めているようです。また、自我もしっかり芽生え始め、自分の思いを分かって欲しい気持ちから手が出たり泣いたりする姿も見られ、子どもたち自身もどかしさを感じている様子もあります。少しずつ言葉や仕草で思いの伝え方を知らせていこうと思います。



あひるぐみ

**【1月の目標】**

- ・戸外に散歩に出掛け、寒さに負けず体を動かしたり歩行をしたりする。
- ・自分のマークを意識し、自分の物の支度、始末をしてみようとする。

**【お楽しみ】**

- ・季節に沿った手遊びや歌を楽しみ雰囲気を楽しもう。

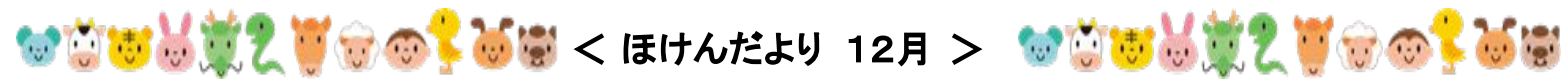
**【クラスのお知らせ・お願いごと】**

- ・いつも運営のご協力ありがとうございます。園に置いておく用の避難靴がまだない方は、用意していただくと助かります。
- ・担任の田中が1月20日より産休に入ります。最後までいられないこと、申し訳なく思います。陰ながら子どもたちの成長を見守っていますね。あひる組のサポートは園職員全員でしますので、安心してもらえればと思います。また、戻ってきた際にお世話になれたらありがたいです。約 1年ありがとうございました。

あひるぐみ

戸外では三丁目公園、仙台堀川公園、野球場とさまざまな場所に散歩に出掛けました。歩行力も付き始め、短い距離を保育者と手を繋いで歩くことができるようになってきました。興味の赴くままに進んでいくことも多いですが、いずれ友だちと手を繋いで歩くことを目標に手を離さずに歩くことが身に付いていったらいいなと思います。





# < ほけんだより 12月 >

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？お休み中も規則正しい生活リズムで過ごせましたか？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。

## 【 子どもの睡眠 】

最近、子どもたちの就寝時刻が遅くなり、全体的な睡眠時間も短くなってきています。睡眠のリズムが乱れると、生活リズムも乱れ、成長や発達に影響を及ぼします。改めて生活リズムについて見直してみましょう。

### ◆眠りに導く6つのポイント

#### ①早起きの習慣をつけましょう

遅く寝る習慣がついていると、早く寝ることはできません。まずは決まった時間に起きよう習慣づけ、就寝時間を調整していきましょう。

#### ②朝の光を浴びましょう

朝の光を浴びることで生体時計がリセットされ、体が目覚めます。起床後はカーテンを開け、日の光を浴びるようにしましょう。

#### ③お休みの日も昼間の活動をたっぷり取るようにしましょう

明るい太陽のもとで、からだを動かすと心地よい疲労で夜間の睡眠が促されます。

#### ④昼寝は時間を決めましょう

昼寝は就寝の妨げにならない時間帯に設定し、決まった時間で起こしましょう。

#### ⑤お風呂は適温で寝る直前はぬるめの温度に設定しましょう

寝る直前に入るときは、39～40℃くらいのぬるめの温度で入浴すると脳の興奮を落ちつけリラックスすることで、寝つきがよくなります。

#### ⑥入眠儀式で睡眠効果がアップします

お風呂、歯磨き、本を読んで寝る、というようにパターン化すると、体のリズムを習慣化でき、入眠しやすくなります。



## 家庭で出来るインフルエンザ予防策

インフルエンザが流行っています。家庭で出来る予防法を実施し、ウイルスに負けない体をつくりましょう。

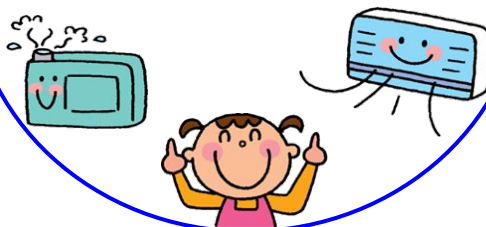
### うがいと手洗い

外出後は必ず、せっけんを使った手洗いを習慣にしましょう。



### 室内の温度、湿度をチェック

室温16～18℃、湿度60%前後が目安です。特に乾燥には要注意。加湿器等を使いましょう。



### 外出時にはマスクを

感染予防にもなりますが、マスクの大きな効果はウイルスをまき散らさない事です。



### 健康教育

3・4・5歳児に「風邪に負けない体の話」をしました。風邪とは？咳エチケットについて、風邪をひかないようにするためには、風邪をひいてしまったら、どんな事に気を付ければいいのかを一緒に考えました。



### 12月感染症(12/24現在)

インフルエンザ	乳児2名	幼児3名
伝染性紅斑	乳児1名	幼児3名
溶連菌		幼児1名
ウイルス性胃腸炎		幼児1名
突発性発疹		乳児1名



# 食育だより

## 先月の食育の様子

「うんとこしょ、どっこいしょ！」と「おおきなかぶ」の絵本でも馴染みのある「かぶ」について話しました。かぶを手にした子ども達は、絵本の中の主人公でした。

### 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、節目を大切にする風習があります。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。

### 季節のおすすめレシピ

#### 【バナナ春巻き】

<材料> 幼児4人分

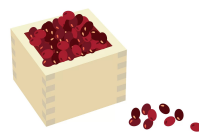
- ・春巻きの皮 4枚
- ・バナナ 1本
- ・グラニュー糖 小さじ2杯
- ・サラダ油 小さじ2杯

<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!



### 1月の行事 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。

### いろいろな柑橘に触れてみよう!

スーパーでも沢山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、食べたりと、柑橘に触れる事で子どもの五感が刺激されます。ぜひ今が旬の柑橘に触れてみてはいかがでしょうか。