



# さんさんさんだより

2020年 12月

社会福祉法人東京児童協会

花房山目黒駅前保育園333

園長 岩本 恵子

〒141-0021 品川区上大崎3丁目1-1

MEGURO CENTRAL SQUARE 3階

TEL 03-6721-7331 FAX 03-6721-7332

<http://tokyojidojokai.com/meguro/>



街には、クリスマスツリーが飾られ、師走を感じるようになりました。園でも子どもたちの制作したオーナメントを子どもたちとともに、飾り、元気に過ごしていきたいと思えます。

あつという間の2020年でしたが、この1か月も一日一日を大切に、過ごしていきたいと思えます。

新型コロナウイルス感染が急増している昨今、エントランスの密を避けるべく、職員の誘導を試みています。対策として、様々な案を職員で出し合い、保護者の皆様からご提案をいただくなど、これからも行いますので、都度変更があるかもしれませんが、ご了承ください。集団生活を安全に安心して行うため、大人のマスクの着用、手指消毒、入室の際の検温などはもちろん、マナーを守り、333の子どもたち、保護者の皆様、そして職員も含め、元気で過ごせるよう、ご協力お願いいたします。みなで、乗り越えていきましょう。

## Zoom 親子交流会

みなさま、ご参加ありがとうございました。

「家庭と思いをひとつに」という願いがあり、できるだけ、このコロナ禍、新しい生活様式の中で、保護者の皆様に、保育の様子をお伝えしたいと、取り組みました。保護者同士のかかわる機会がない中で、限られた時間の中で、こちらからお伝えすることに重きを置きました。画面を通して、子どもたちが、そして保護者の皆様も参加していただき、一緒に、踊ったり、体を動かし、一体感を持ったひとときとなりました。また、年度末懇談会として、コロナの状況次第で、行いたいと思えます。

## 今年の食育・健康教育

コロナ禍で、食育として大事にしている3つのしょく「植・触・食」の活動があります。

土に触れ、野菜の育ちを体験し、収穫までの様子を子どもたちの目線で感じてほしいとじゃがいも、カブ、小松菜、夏野菜、さつまいもを特養の芝生にプランターを置かせていただき、体験していきました。先日、芋ほりをつき組が体験しました、そーっと掘ることを伝えながらも、いもが見えてくると、うれしさのあまり、すぐに引っこ抜いて、折れてしまうこともありました、それが体験。少しばかりでしたが、収穫ができました。大事なことは、いもづるも活用して、自然を楽しむこと。長いいもづるで綱引きを体験することができました。リースも作っている最中です。

クッキングやキノコをさくなど、白菜を一枚一枚むくなどの触れる体験は、衛生面を考慮し、中止としていますが、つき組は手袋、マスク着用のもと、スイートポテトを作ったことは、思い出にのこったことでしょう。

しかしながら、野菜や伝統行事の話、遊びの中で、食に興味関心をもつことにつながるよう、心がけていきます。ご家庭でお子さまの年齢に応じて、クッキングの時間でふれあいのひととき、お持ちくださると、新たなお子さまの成長の発見もあるかもしれません。出来事をお知らせ共有いただくと、嬉しいです。



健康教育、今年は手洗いを徹底して、繰り返し、子どもたちに伝えており、「爪の中もだよね」「しわしわのこともていねいにだね」など、子どもたちから発信しています。つき組においてはこれから小学校就学に向け、マ

スクの扱いも知らせていきたいと考えています。そして、これからの季節、年齢に応じて、うがいの仕方も改めて伝え、丁寧に行っていきたいと思ひます。



### 幼児クラス特別活動 再開

法人の外部講師の来園ルール設定に伴い、特別活動が再開されています。子どもたちは、333の職員だけでなく、外部の講師の来園にとても喜んでいひます。

#### ① 運動プログラム（体育指導）月1回

幼児室で、鉄棒や、縄、マットなどを使用し、「体をしなやかに育てる」を目標に実施しひます。講師指導は月に1度ですが、踏まえて、日々の保育でも取り組めるようにしてひひます。

#### ② 異文化交流 月2回

英語に親しむ、異文化を知る、外国人の講師と触れ合ひ、久しぶりの異文化交流でしたが、初めて来園されたカメルーン出身の講師でしたが、皆に囲まれてひひました。

#### ③ 12月からスポーツプロジェクト 月1回（つき組）

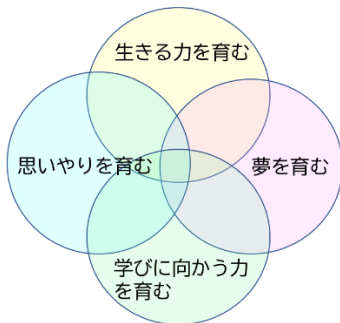
スポーツ選手より直接指導を受け、一つ一つのスポーツにチャレンジ、夢を育みひます。今までは、公共の交通機関を使用し、姉妹園の年長児たちと交流もかねて、おこなってひひましたが、今年ひバスを借り移動し、各園ごと、またさらにグループ化し密にならないように活動しひひます。

### 私たちの行動 POLICY

- 1 子どもが考えてひひるか？ 一人ひとりのアイデアを尊重、チャレンジすることを楽しみひひます
- 2 子どもが気づいてひひるか？ 大人が伝えることを多くするのではなく、自ら気づくことでできるよように
- 3 子どもが選んでひひるか？ 選択肢の中からえらすことができるよように
- 4 子どもがふれてひひるか？ 本物に触れ、命や物の大切さを学び感受性豊かになるよように
- 5 子どもが喜んでひひるか？ 成功した時の喜びや充実感を大切にす



### 教育保育方針②「思いやりを育む」



先月は生きる力を育むエピソードをお知らせしひました。今回は「思いやり」です。大人になっても、相手を思いやることは大切です。大人同士において、その言葉、知らずに相手を傷つけてしまっていることに気づかないこともありますよね。一呼吸おひいて、話してひひる相手の話を聞き、寄り添ひ、話すこと、コミュニケーションの大切な点でもあります。子どもたちにとって大事な成長期である今、発達に

よって、かかわり方は違ひひますが、相手のことを思うこと、一人一人に伝えてひひきたいと、考えてひひます。幼児期になると、友だち同士のかかわりで、悲しい気持ちになることもしばしばあります。子ども同士で考えて、どうしたらよいか考えることも大事にしてひひますが、大人が仲介に入ること、自分はどうだったのか、相手の言葉はどうだったのか双方ともに考えるきっかけをつくることも、丁寧に行っていひきたいと思ひひます。エピソードは次回お伝えしひます。

| 12月・1月初旬予定 |                        |
|------------|------------------------|
| 10日        | 異文化交流（英語）（幼児クラス）       |
| 11日        | 全園児健診                  |
| 15日        | 運動プログラム（幼児クラス）         |
| 16日        | 異文化交流（異文化）（幼児クラス）      |
| 17日        | 誕生会                    |
| 18日        | スポーツプロジェクト（5歳児）・幼児身体測定 |
| 25日        | クリスマス会                 |
| 28日        | 保育納め                   |
| 1/4        | 保育はじめ                  |
| 1/8        | 新年お楽しみ会                |
| 1/13       | 杉アート 予定（5歳児）           |

\*身体測定は保健のページでご確認ください。  
\*12月29日～1月3日 お休みとなります。

|                   |      |     |           |
|-------------------|------|-----|-----------|
| * <b>入園</b> のお知らせ |      |     |           |
| 3歳児クラス            | 1名入園 | 21名 |           |
| 4歳児クラス            | 1名入園 | 19名 | 全園児数 111名 |



# 保育のページ



各クラスの今月の目標と先月の様子をお伝えいたします。



ミニパークやどんぐり公園へ行き、シャボン玉を追いかけて遊ぶ子や芝生の上でハイハイを楽しむ子もいます。紅葉した落ち葉を見つけて「ぱっぱ、ぱっぱ」と言いながら落ち葉に手を伸ばし、手の平いっぱい拾い集めています。室内では、リズム体操やマット遊びをして身体を動かしました。マットで作った山を真剣な表情で登っています。

登りきると満面の笑みで保育者に手を振ったり「わー！」「うー！」と大きな声を出したりして嬉しい気持ちを表現しています。最近では身のまわりの事に興味を持ち、“やってみよう”とする姿があります。ズボンを履く時に、なかなかつま先が出ないと「うー」と言いながら“難しいな…”という表情をしています。ズボンの裾から足が出ると「ぱー！」と声を出し笑顔で喜んでいます。

今後も子どもたちの興味や関心に寄り添い生活していきます。今月も引き続き戸外や室内で身体を動かし、寒さや感染症に気を付けながら元気に過ごしていきます。（米山）

## 〈今月の目標〉

- ◇ 気温や体調に留意し、安心して過ごせるようにする。
- ❖ 戸外で自然物に触れ、季節を感じながら保育者や友だちとの関わりを楽しむ。



公園や特別養護老人ホームの芝生へ散歩に出ることが増え、落ち葉やどんぐりを拾い季節を感じながら遊んでいます。室内では、電車を長く繋げて友だちと一緒に空間で走らせることや、ままごとコーナーで料理したものを「あっちよ」「ふーふー」と言いながら、日々の生活会話や経験を再現してやり取りをする可愛らしい様子が見られます。

また、少しずつ手洗いや着脱などに興味を持ち、意欲的に行おうとするこも増えてきました。手洗いでは、「じゅんばんばん」「ここ、どうぞ」など言葉で伝えている姿があります。着脱では、ズボンを下ろしオムツも上手に脱げる子、ズボンの裏返しと一緒に直してみようとする子、ズボンをおしり部分もしっかりとあげて履ける子、長袖の袖を持ち脱ごうとする子、「はんぶんこ」と言いながら一緒に脱いだものを畳もうとする子など、発達に応じて自分のできる部分を意欲的に行うようになってきました。できた所はしっかりと認めていき、子どもたちができる部分が増えるように援助していきたいと思ひます。

寒くなり体調を崩しやすい時期になるので、引き続き感染症などに気を付けながら今月も戸外活動や運動あそびを通して元気に過ごしていきたいと思ひます。（鈴木）

## 〈今月の目標〉

- ◇ 感染症に留意し、健康に過ごせるようにする。
- ❖ 友だちや保育者と一緒に遊びながら、簡単なルールのある遊びを楽しむ。



まだまだ暖かい日と冬の訪れを感じるような寒い日が波のように移り替わっていた 11 月。昼と夜の寒暖差に季節の変化を感じます。上着を着て戸外に出る機会も増え、準備体操を行った後、かけっこや運動会ごっこ等で身体を動かし、全身を温めながら公園での遊びを楽しんでいます。

最近では、しっぽ取りや縄を使って電車ごっこ等、遊び方にも変化が見られてきました。言葉のやり取りが増え、「(電車に) のってもいいよ！」「いっしょにあそぼ」と仲の良い友だちの輪の中に入って遊ぼうと、興味に満ちた表情で駆け寄っています。今後も保育者と関わる嬉しさや安心感を元に、友だちと一緒に活動する楽しさを感じられるよう見守っていききたいと思ひます。

また、身の回りの事も少しずつ自分でやってみようとする姿も増えてきています。最初は洋服の畳み方もどう畳んだらいいのか分からず、すぐに保育者に尋ねていた子どもたちですが、保育者の難しい部分の援助で、見守られながら安心した気持ちで挑戦していく中で、「こっちであってる？」「みて！きれいにたためた！」と一人で綺麗に畳めた事を保育者に知らせ喜んでいます。おままごとで使ったバンダナや午睡用のタオル等大きな素材でも、保育者や、友だちとも協力したりする事で、畳めるようになってきました。ぜひご家庭でも『洋服を畳むお手伝い』として、楽しい親子の時間を一緒に過ごしてみたいと思ひます。（斎藤）



## 〈今月の目標〉

- ◇ 一人ひとりが保育士等に欲求を満たしてもらい、情緒が安定した生活が出来るようにする。
- ❖ 自分の出来る事に喜びを感じ、身の周りの事を自分で進んで行く。



11月は晴れた日が続き、公園や散歩道などで自然に目を向ける機会が多くありました。散歩道の木々が紅葉し、「見て、こっちは緑なのにこっちは赤いよ、なんでだろう」「綺麗な色だね」と秋の自然に興味を持ち、感じたことをありのままに友だちや保育者に伝えることを楽しんでいます。

7月や8月に見つけた虫や植物とは違う自然の表情に、子どもたちも嬉しそうに落ち葉やどんぐりを集めたり冷たい風に驚いたりしていました。また散歩から園に戻ると、「さっきの虫は何て名前なのかな」「調べてみよう」と自分たちで図鑑を開いたり保育者に聞くなど興味を持って知らない事を知ろうとする工夫が見られてきました。

また、日々の生活の中で「先生、明日楽しみなことがあるんだ」「今日の散歩楽しかった」「昨日は悲しいことがあったの」と自分の思いや気持ち、体験を保育者に話すことが増えてきました。12月は言葉だけでなく、はな組が大好きな運動遊びやダンス、制作などで自分の気持ち、思ったことを楽しみながら表現していけるようにしていきたいと思います。

これから本格的に冷え込む季節になっていきます。今後も登降園時や散歩時の手洗いうがいの徹底、子ども同士の距離を保つことを意識して行っていきます。(濱野)

〈今月の目標〉

- ◇感染症に留意し、改めて手洗いうがいの徹底やソーシャルディスタンスを意識していく。
- ❖感じたこと、想像したことを様々な方法で表現する楽しさを感じる。
- ❖季節の行事や由来を知り、親しみを持つ。



冷えるを感じる日が増え、景色も冬の深まりが感じられる季節になりました。子どもたちも葉の色の変化や秋の香りに気が付き、友だちと伝えあうことを楽しんでいます。

子どもたちは戸外に出ると、鬼ごっこやかけっこ、木登りなど、たくさん身体を動かして遊んでいます。木登りをしている友だちを見て、「すごいね」「どうやるの?」などと話しかけて、友だちに教わりながら挑戦していました。登り方を聞かれた友だちは「まずはここに登って」「次は足を引っかけるの」と丁寧に伝え、出来た時には一緒に喜び合っています。引き続き互いの話を聞き、相手の気持ちを考えながら会話をし、友だち同士の関りを大切にしながら集団で活動することの楽しさも感じられるようにしたいと思います。

また、身支度の仕方が変わり、初めは少し戸惑っている様子でしたが、友だちや保育者に聞きながら少しずつ慣れてきました。身支度、着替え、手洗いうがいなどが身に付いてきた子どもたちなので、次のステップとして活動に向けてどんなことが必要なのか(着替えの準備や手洗いうがいなど)を自分で考え、行動に移せるようにしていきたいと思います。(四條)



〈今月の目標〉

- ◇見通しを持って生活に必要なことを自分で行おうとする。
- ❖友だちとの関わりを広げ、共通の目的を持って集団で活動することを楽しむ。



秋日和が続き子どもたちは伸び伸びと戸外で身体を動かし、異年齢で公園に行く事が増え、その中での関わりを楽しんでいます。公園までの道のりではしっかりと年下児と手を繋ぎ、年下児が安全に歩けるよう自ら車道側に回り、頼もしい姿が見られています。公園内でも「一緒に遊ぼう」と年下児に声を掛け、分かりやすくルールを説明したり、お手本を見せたりする等、優しく接することが増えてきました。

また、日々のお手伝いも「色鉛筆を削ろう」「本が破れているから直そう」と子どもたちが自ら気付き、どんな事をすると“お手伝い”になるのかを考え、年下児や保育者に「手伝おうか」「絵本を直したいからブックシール(ブッカー)下さい」と声を掛ける姿などが見られ、率先して取り組んでいます。加えて11月からは特別活動も始まりました。特別活動は毎回異なった内容なので、子どもたちはとても楽しみにしています。午睡中に行う為、①静かにする ②話を聞く ③けじめをつける の3つの約束をしています。どれも就学に向けて大切な事です。素敵なお小学生になれるように約束を守り、みんなで協力し合いながら活動できるようにしていきたいです。(内海)

〈今月の目標〉

- ❖友だちと協力・工夫し、共通の課題に向かって役割や責任を果たす。
- ◇自分の健康に関心を持てるようし、進んで病気予防ができるようにする。



# 保健だより

## 12月の目標

手洗いうがいを丁寧に冬の手

## 11月の感染症

0名

健康教育（風邪予防）12/8

全園児健診 12/11 歯科健診 1/20

身体測定 12/7（0歳）、8（1歳）、9（2歳）、18（幼児）

今年も1カ月となりました。日々、コロナウイルス感染症対策にご協力いただきありがとうございます。今後も手洗いうがいや食事の食べ方、園内の消毒を行い、感染症対策を行っていきます。

## 冬の感染症

「かぜ」は粘膜にウイルスが感染しておこる感染症です。原因となるウイルスは200種類以上あると言われてます。発熱、咳、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどの痛みなど共通した症状が多いため、「かぜ症候群」と呼ばれます。ウイルスによっては重症化しやすいこともあります。細菌による二次感染により、色のついた痰や鼻水、熱が続く場合や合併症により中耳炎、副鼻腔炎、気管支炎、肺炎、脳症などを起こすこともあります。

「かぜ」と油断せず、病院に受診し症状に合った治療と休息をとりましょう。

### 嘔吐物

- 汚れた床は塩素系漂白剤などで消毒しましょう
- 衣類は85℃の熱湯に1分以上浸けるか塩素系漂白剤を薄めて消毒しましょう

### 感染性胃腸炎

### 下痢便

- 感染性胃腸炎の人が使用し、下痢便を流したトイレは塩素系漂白剤を使用して消毒してから使用しましょう



原因：ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルス

症状：吐き気や嘔吐、下痢、腹痛、発熱など

対処法：脱水症に注意しこまめな水分補給をしましょう

- 病院に受診しましょう。
- 手洗いうがいをしましょう（吐物や便内にウイルスが存在します）
- 適切な処理をしましょう

RSウイルスによる感染症

乳児は重症化しやすい

症状：鼻水、咳、発熱など

対処法：病院に受診しましょう

水分をこまめにとりましょう

### RSウイルス

「登園届」が必要です

大人も感染しますが症状が軽く気が付かないことがあります

手洗いうがいをこまめにしましょう

### 【風邪を予防しよう！】

風邪を甘く考えていると、気管支炎・肺炎・中耳炎・扁桃炎・嘔吐下痢症といった病気にも繋がります。しっかり予防しましょう。

#### ★ポイント★

- うがい、手洗いをして喉や手についているウイルスを落とす
- 汗を掻いたら着替えをする
- 窓を開け、新鮮な空気と入れ替えを行う
- 睡眠を十分にとり、栄養のあるものを食べる
- 湯冷め、うたた寝をしないようにする

※「風邪かな？」と感じたら医師の診断を受けましょう！

### 【風邪をひいたときの入浴は？】

意外と入らないという人が多いのではないのでしょうか？乳幼児は新陳代謝が盛んで汗を掻きます。元気であれば入浴して皮膚を清潔にすることで、治りが良くなる場合もあります。体力を消耗しないように、ぬるめの湯に入り十分体を温め、お風呂の湿気を鼻や喉に与えます。

入浴後は体のほてりがとれてから早めに睡眠をとります。入浴後すぐに布団に入ると、

子どもの体は熱を発散させようと汗を掻き、かえって寝冷えをさせることとなります。

医師と相談の上、入っても良いときは入浴するようにしましょう。



## ～風邪に負けない元気な体を作ろう～

寒さも厳しくなり、風邪をひきやすい季節ですが、旬の冬野菜には体を温め、風邪をひきにくくしてくれる栄養素がたくさん含まれています。今回は、園でもこの時期多く使用する旬の食材にはどんな効果があるのかご紹介したいと思います。寒さに負けず、風邪をひかない体づくりのために、ぜひご家庭でも取り入れていただければと思います。

### 風邪予防に効果的な旬の食材・栄養素

#### <ビタミンC>

- ・ウイルスへの抵抗力を高める
- ・免疫力を強化し、治癒を早める



#### <ビタミンA>

- ・目や皮膚、粘膜を健康に保ち、抵抗力を強める



#### <食物繊維>

- ・腸内の有害物質を体外へ排出する
- ・糖質、脂質の吸収を穏やかにする



## ～冬至について～

冬至は1年で1番昼が短く夜が長い日のことを言い、この日を境に昼の時間が長くなっていくことから、かつては冬至を1年の始まりの日としていました。また、「ん」が2つつく食べ物を食べると、病気にかからないと云われています。

【今年の冬至は **12月21日**】

#### 「ん」が2つつく食べ物

- |              |            |
|--------------|------------|
| ①なんきん (かぼちゃ) | ⑤かんとん      |
| ②れんこん        | ⑥きんかん      |
| ③ぎんなん        | ⑦うどん (うどん) |
| ④にんじん        |            |



南瓜：栄養豊富な南瓜を食べて、寒い冬を健康に乗り越えるため



小豆：赤い色が、邪気払いになる



ゆず：血行を促進し、風邪予防に良いとされている

## ～よく噛んで食べよう～

日々の食事の中で、子どもたちに「よく噛んでたべようね」と伝えていますが、美味しい根菜類が多く出回るこの時期にも、改めてよく噛むことの大切さを伝えていければと思います。

### よく噛むために園で取り組んでいること

- ・子どもの口の大きさの、1/2 程度の大きさに (少し大きめ)
- ・食物繊維が豊富な食材を多く取り入れる
- ・加熱しすぎないようにし、食感を少し残す

#### 《園での人気メニュー！！》

★豚汁



★ぼりぼりごぼう

