

屋上にある沈丁花の蕾がほんの少しだけ膨らんでいました。寒い日が続いていましたが、確実に春は近づいているようです。

子どもたちの散歩先はどんどん遠くの方まで足を伸ばしています。寒さなんか「へっちゃら」という姿に頼もしさと成長を感じます。

お忙しいところたくさんの方に出席して頂きました。

保護者会では遊びや生活を通して仲間たちと関わりながらたくさんのお話を学びながら成長している姿をご覧いただけたと思います

3歳クラスでお手伝いのところを取り上げていました。このクラスのお手伝い活動は大人の手はかかるけれど、やりたい気持ちを大事にしてお手伝いしてもらっているという報告でした。牛乳をパックからコップにそそぐことも、雑巾がけもゆすいで絞るところまで子どもたち自身でやっていました。時間がかかったり、二度手間だったりしますが、子どもたちはここからいろいろなことを学んでいたと思います。大人がやってしまえば簡単ですが、こうしたことも子どもたちにとっての“豊かな生活”なのではないかと感じました。子どもたちの意気揚々とした自信たっぷりの表情が印象的でした。

各クラスの懇談からは、それぞれの親子のやりとりが垣間見られました。保育園では見られない一面を知ることができました。それを一堂に会して共有できる保護者会は貴重で有意義なものだと思いました。

これから行う0歳児、1歳児クラスの保護者会も楽しみです。

園主催の保護者会のお知らせ

保護者会でもお伝えしましたが園主催の保護者会を予定しております。保育園の一年間を振り返ることとこれからの予定などをお伝えしたいと思います。また、保護者会でお話できなかった別の切り口から保育を振り返ってみたいと思います。

また、一年に1回の意見交換の場にしたいと思っておりますので是非ご参加ください

日時：3月5日（土）10：30～11：30

場所：保育園ホール

3月10日（木）の引き取り訓練について

引き取りカードのチェックを事前に行い当日の訓練に臨んで頂きます。

訓練当日は昼ごろ一斉メールを配信致しますのでご確認ください。

いつものお迎え時間に“引き取りカード”を用いてお迎えの確認をさせていただきます。

※引き取りカードを配布致しますので、変更が生じている場合は書き直して下さい。

すすらん2月

<地域子育て情報誌> 荻窪北保育園

03-3391-5171

一時保育室 03-3391-5176

2016年2月1日

一月は寒い日が続きましたが、保育園の子どもたちは作ったタコを手に広い原っぱ公園や荻外荘公園に出かけて風揚げを楽しんできたようです。部屋の壁には鬼のお面が並んでいます。この時期の取り組みは毎年見られる光景ですが、どちらも子どもたちの興味や想像力を刺激してくれる題材として支持されています。2月3日の節分ではホールに集まって追い出したい鬼をめがけて子どもたちは豆まきをします。真剣にまく姿は微笑ましいものです。

人形劇団プークの人形劇

日時：2月20日（土）

10：30～11：15

演目：てぶくろ（ウクライナ民話）

一本橋わたる

場所：荻窪北保育園ホール

先月もお知らせした人形劇です。
土曜日休みの子も是非お出かけ下さい。

おおきなあれ

2月19日（金）

10：30～11：30

場所：荻窪北保育園ホール

絵本

触れ合い遊びなど

予約は必要ありません。散歩がてら
お立ち寄りください。お待ちしております。

「ミルクをのむとぼくになる」(与田準一作)

ミルクをのむと ぼくになる

たまごを食べると ぼくになる

やさいを食べると ぼくになる

ぱんを食べると ぼくになる

おかしーな おかしーな

食べるはしからぼくになる

○2月3日は節分です

季節の節を分けるという意味の節分には、豆まきをして邪気をはらい清めます。

豆まきの豆には、煎り豆を使います。

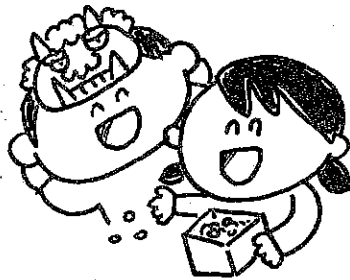
生豆を使わないのは「拾い忘れたものから芽が出るとよくないことがある」

といわれているからです。

みんなで豆まきをして悪い鬼(病気など)を追い払きましょう。

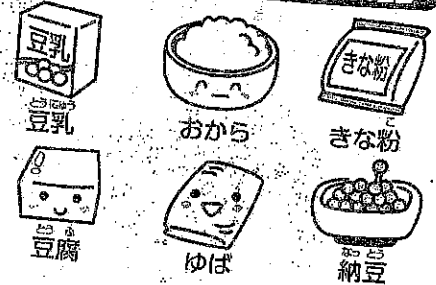


大豆パワー

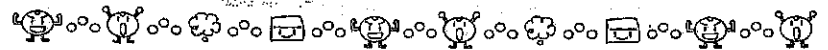


大豆は昔から様々な形に加工されて食べられてきました。たんぱく質や脂質、鉄、カルシウムなどとても栄養豊富で「畑の肉」ともいわれています。

大豆から作られる食品



子供達に人気♪簡単お魅ラスク



<材料 子供1人分>

焼き麩(小町麩)

バター

砂糖

<作り方>

- ①溶かしたバターに砂糖を加えて溶かす。
- ②焼き麩に絡めて鉄板に並べてオーブンで焼く。
- ③170℃で5分。焼き色がつけば出来上がり☆

※焦げやすいので注意！！

先月はすみれ組さんとゆり組さんがクッキーの型抜き、ひまわり組さんは味噌煮込みうどんの野菜切りを行いました。すみれ組さんは、ゆり組さんとひまわり組さんの分、ゆり組さんはすみれ組さんとひまわり組さんの分のクッキーも型で抜いてくれました。自分達だけではなく他のクラスのお友達が食べるということもあり、さらに気合が入り一生懸命作ってくれていました。ひまわり組さんは野菜の切り方を自分達で話し合い、花型やいちよう切り、輪切りなどの形にカットしていました。包丁の使い方もずいぶん上手になったように思います。いつもは苦手という野菜も、みんな口をそろえて美味しい美味しいと言ってたくさん食べていました。

◎かんたん朝ごはん

寒さが厳しさを増す中、体調管理には気をつけていきたいですね。

十分な睡眠・適度な運動・バランスのとれた食事は、風邪のウィルスから身体を守ってくれます。

忙しい朝でも暖かな朝食を食べて、大人も子供も元気に過ごしたいものですね。

そこで今月は…かんたん朝ごはんを紹介します。

朝ごはんの大切さはわかるけれど、朝は忙しいし…つついパンと果物だけ、ご飯にもう一品あれば…

という場合に、プラスワンでバランスの良い朝ご飯になる方法を紹介します。



◎卵、納豆、しらす、豆腐などを常備

タンパク質は体温をあげる役割をして、朝ご飯に必要です。ビタミン豊富な野菜と一緒に合わせるとバランスのいい朝ごはんになります。

★卵+野菜

千草焼き

＜材料＞

卵
人参

きゃべつ

あぶら
油

さとう
砂糖、醤油

＜作り方＞

- ①人参、きゃべつは細かく切り、油で炒める。
 - ②卵を割り、炒めた野菜と混ぜ、砂糖と醤油を加え、卵焼きにする。
- ◎野菜はご家庭にある野菜で♪

★納豆+野菜

納豆和え

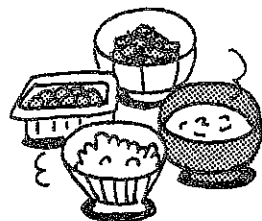
＜材料＞

ほうれん草
納豆

だし、醤油

＜作り方＞

- ①ほうれん草は柔らかく茹でて、細かく切る。
- ②①と納豆を和え、だしと醤油で味を整える。



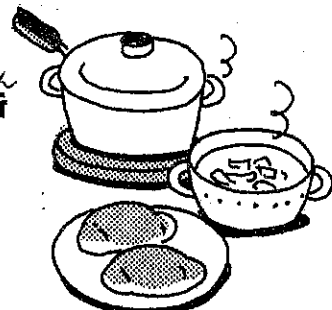
◎スープや味噌汁を具沢山にする。

スープや味噌汁は、野菜数種と豆腐や鶏挽き肉などを加えると栄養満点になります。

ご飯やパンと合わせて食べましょう。穀類は脳のエネルギーとなります。

ミネストローネ

人参、玉葱、じゃが芋、ブロッコリーなど+挽き肉(ベーコンでも)+カットトマト缶
材料を煮て、塩で味つけする。粉チーズを最後に風味づけに加えても美味しいです。



具沢山しる 具沢山汁

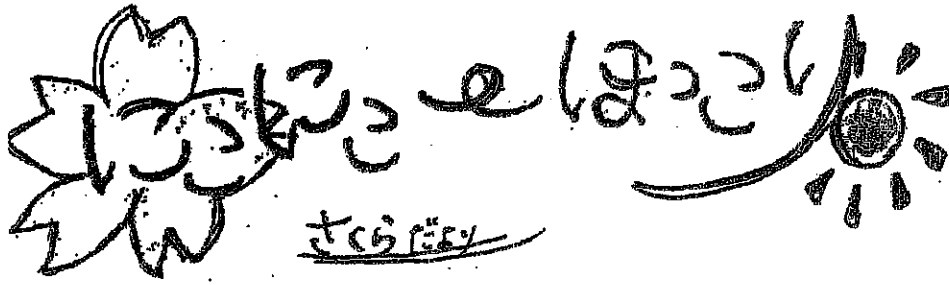
野菜数種+豆腐(挽き肉でも)

だしで材料を煮て、味噌、醤油などで味をつける。ご飯を加えて少し煮れば、リゾットやおじやになります。

◎だしを常備すると便利です。

前日の準備で大きな効果!

昆布+水、煮干し+水、干し椎茸+水 ★タッパー、小鍋などに前日につけておく。
天然のだしがない場合は、だしパックなどの利用も良いです。



NO.12
2016.2.1.発行

茨城県稲園
「ひととき保育 夜産」

寒い日が続いていますね。少しずつですが風邪も流行り始めてきていますので、手洗いとうがいをしっかりしていきましょう。

《今月の一枚》

時期は過ぎてしまいましたが、今月の写真は、年明けに子供たちとやってみた“福笑い”です。

意外と知らない子が多いこの遊び。最初は「なにこれー？」と顔のパーツを見て不思議そうに、ハンカチを見ますます「？」の子供たち。眼隠しという言葉に、

「え〜？こわいからやらない」と一歩ひいて見ている中、

目を隠したところで、パーツを渡していくと、「あっ、めはここだよ！」「これはくちだからしたのほうね」と言ってしまったり、手を取って誘導しようしたり。それでも完成したおたふくの表情を見て、

「へんなかお〜！！」といい反応が返ってきました。2回目からは、パーツだけ教えてほかは教えないようにして、余計変な顔になるのをみて大笑いする姿が。面白いとわかってくると、「やるー！」と挑戦してみる子も出てきました。一人やっているのを見ると周りも続くようになり、順番で福笑いをたのoshimしました。目を隠すということが、怖さや不安を感じてしまうのですが、経験してみることで楽しめるものに変われたという子どもたちの姿がとてもかわいらしいものでした。

ちょっとした昔遊び★簡単に作ることもできるので、よかったらお家でも試してみてください。



★お知らせ★

3月12日(土)は

当園の卒園式となりますので、終日お休みさせていただきます。

(電話も終日つながりません)

尚、4月12日(火)分の予約については、前日の3月11日(金)に受け付けますのでお間違いのないようによろしくお願いいたします☆

《親子広場について》

2月27日(土)に、第3回目の親子広場を予定しています！

10:00~11:45までクラス・ホールを開放していますので、是非遊びに来てくださいね☆

参加にあたって・・・

*部屋での飲食はご遠慮ください。(授乳の方は職員に申し出てください)

*自転車でお越しの際には、申し訳ありませんがお近くの駐輪場をご利用いただきます様、よろしくお祈りします！