

年長さんが屋上で育てているキュウリが立派に育ちました。また、ゆり組でおやつに出たびわの種を植えたら芽が出てきたという話を聞きました。子どもの興味・関心から出発した活動がどう広がるのか楽しみです。すっきりしない天気の日が続いていますが、8月は夏ならではのプール・水遊びをたっぷり楽しめるといいなと思います。

ひまわりぐみさんの“お泊り会”

年長クラスのお泊り会が無事終わりました。当日は、天気にも恵まれ午前中は石神井公園にザリガニ釣りへ行ってきました。「ただいまー」と帰ってきた子どもたちに「ザリガニ釣れた？」と聞くと「釣れなかった」と子どもたち。「みて、カブト（カブトムシ）！！」と代わりに公園にいたおじさんから頂いたカブトムシを見せてくれました。お泊り会後の打ち合わせで、池の水が濁っていてザリガニの姿を見つけるのも一苦勞だったと担任。中々釣れないザリガニに途中諦めムードも広がったとの事でしたが、昼食を終えるとリベンジをする子どもの姿もあった様です。他の生き物との出会いやアスレチック遊びとたっぷり楽しんで過ごしてきたことが報告から伝わりました。

石神井公園から帰ってきた時、Rさんが「あーこれからおとまりかいだね！たのしみ～」と言。いよいよ“保育園に泊まるんだ”というドキドキ・ワクワクが感じられました。お風呂屋さんへ行って、みんなで夕食を食べて、夜の探検…と子どもたちはお泊り会で色々な経験を通して色々な事を感じたのではないのでしょうか。朝を迎えた子どもたちの表情はとても誇らしげでした。また、報告集でお泊り会の様子をお伝えしたいと思います。

杉並区の部課長懇談会に参加しました。

杉並区の待機児童緊急対策に伴い、来年度は更に保育園が増える予定です。単に保育園が増えるだけでなく子どもたちの豊かな育ちを考える上で保育の質を守ることも必要です。今回は、公立保育園・私立保育園の保育の現状を出し合い交流をしました。園によって環境や規模など様々で課題もありますが、どの園も共通して子どもたちにとって何が大切かを柱に保育を考えています。今後も同じ杉並区内の保育園との交流や学び合いを通して保育の質を守れるよう訴えていくことが大切なのだと改めて感じました。

お知らせ

* 夏季期間（7月下旬～9月上旬）は、幼児クラス合同で過ごす日もありますのでよろしくお願い致します。

お願い

- * お休みの連絡はなるべく8時30分以降にお願いします。
- * 開所時間は7時30分からです。保育園には7時30分になってから入って下さい。

すずらん 8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8月1日

すっかりしない天気の日が続いていましたが、天気の良い日は屋上で水遊びやプールに入って夏ならではの遊びを楽しんでいます。

年長クラスの子どもたちが植えたキュウリがとても大きく立派に育ちました。まだこれから育つ野菜や果物もあるので収穫の時期がくるのが楽しみです。

おすすめの絵本

乳児期はやりとり遊びがとても大切な時期です。絵本は、大人と一緒にやりとりをしたり共感したりして楽しめる物の一つです。絵本を読んでお子さんと一緒にやりとりを楽しんでみてはいかがでしょうか。

今回は1歳児クラスで子どもたちに人気の絵本を紹介します。

「おやさい とんとん」

絵本を繰り返し読んで楽しむ中で「にんじん!」「たまねぎ!」と保育者の真似をして野菜の名前を言ったり、絵をつまんで食べる真似っこをする姿があります。また、「あむっ!おいしいね」「どうぞ」と保育者やお友だちとやりとりをして楽しんでいます。



おおきくなあれ

8月はお休みです

9月は16日(金)です
お待ちしております。

「おいしいよ!!」

保育園では幼児クラスで梅干しと梅ジュースづくりをします。

夏の暑さで食欲が落ちる時期ですが白いご飯に自分たちで漬けた梅干しは格別のように食が進みます。

3歳児クラスのお部屋を覗くと「おいしいよー」と言いながら美味しそうにパクパク食べていましたよ。



H28.8月

上手に夏を乗り切ろう！！

<冷房が体温調節機能低下を招くかも！>

夏は冷房のきいた部屋で過ごす事が多くなる季節ですね。ただ、身体を長い時間冷やしすぎると体温調節機能が低下するおそれもあります。

本来、私たちは暑ければ汗をかきます。汗をかくことで体温を安定させることができます。

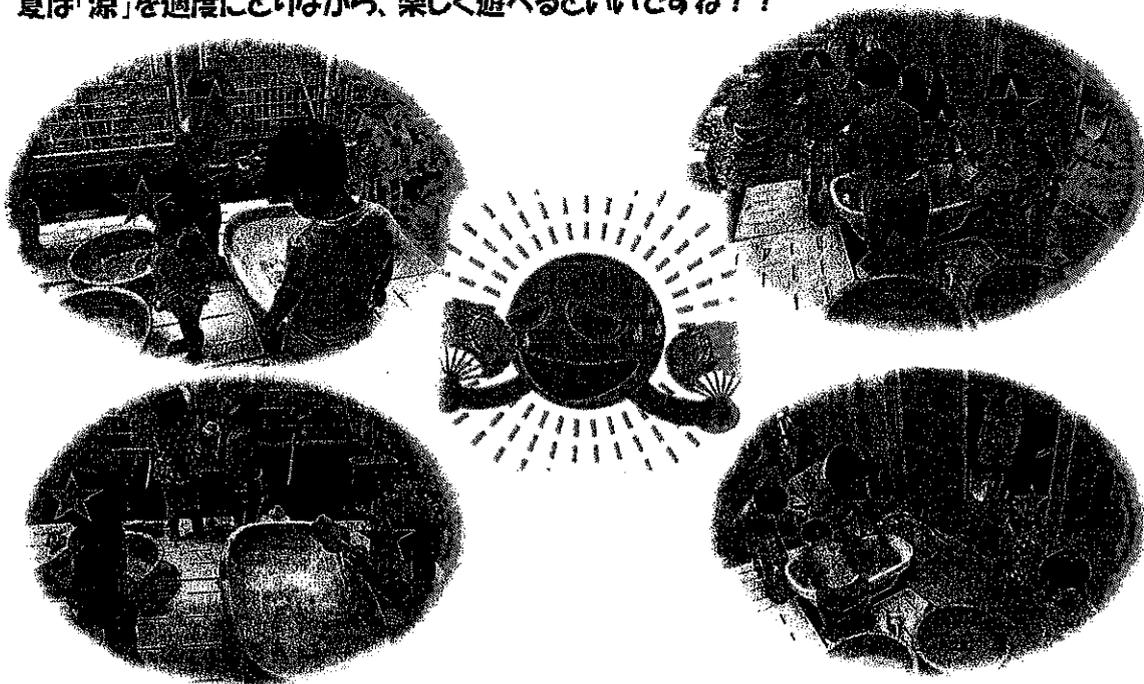
しかし、冷房のきいた部屋で過ごし続けることで、汗を流す機会が減少し、体も冷やされ、自律神経のバランスがくずれてしまいます。すると、暑い戸外に出ても発汗が機能せず、のぼせたような状態になってしまったりするので、自律神経のバランスは崩れないようにしたいものですね。

エアコンは無理のない程度でなるべく使わないようにして、うちわ・扇風機・水遊びで涼をとり、暑くなくても汗をかいて体温調節が出来る身体、寒くなくても筋肉から熱を作り身体全身を温められる身体、でいられるようにしたいものですね。

<やっぱり夏はコシだよね！！>

暑い日は、水遊びが大好きな子どもたち。ひととき保育のさくらぐみでは、小さいスペースではありますが、タライに水をいれて水遊びをしています。水を嫌がる子もいますが、慣れてくると水遊びが終わるころには全身ずぶ濡れになっている子も。

夏は「涼」を適度にとりながら、楽しく遊べるといいですね！！



親子で食事作りを楽しみましょう♪

食べることに少しでも関わりを持つことで、子供達の食べる意欲につながります。
食事作りのお手伝いは五感に触れる活動で、多くのことを学ぶことができます。
夏休み、出来ることから親子で食事作りを楽しんでみませんか？

★こんなことが出来るよ

- 乳児 皮むき(とうもろこし、枝豆など)
- ちぎる(レタス、きゃべつ、こんにやく等)
- 幼児 洗う(野菜、米)
- 皮むき(茹で卵、玉葱等)
- 混ぜる(サラダ、和え物、ホットケーキの生地等)
- こねる(ハンバーグ、白玉団子等)
- にぎる(ラップおにぎり)
- はさむ(パンに具材)
- よそう(ごはん、汁物等)
- 並べる・下げる(食器を運ぶ、並べる、片付ける等)

お家でチャレンジ!
なにが出来るかな?

- ★一緒にメニューを考えて
買い物をするのも楽しいです。
- ★ほめて、楽しく食事作りをしましょう。



ご飯が進むメニュー 鶏肉の葱だれ煮 大人2人分+子供1人分

<材料>

鶏肉(3~4cm角)	250g		
なたね油	3g		
しょうが	2g		
長ねぎ	30g	酢	5.5g
砂糖	3.5g	酒	7g
しょうゆ	7g	みず	30g
	10g	片栗粉	2g

<作り方>

- ①鶏肉の表面に焼き色がつかうまで焼き、一度取り出す
- ②なたね油、生姜、長ねぎを炒め、しんなりしたら調味料、水、①を入れて弱火~中火で煮込む
- ③鶏肉に味がしみ込んだら水溶き片栗粉でとろみをつける

★ご飯の上のせて并ぶりにするのもおすすめです

先月も各クラス調理活動をしてくださいました。たんぼ組さんはとうもろこしの皮むき、枝豆の枝とりを初めて行い、「またやりたい!」と給食室まで運んできてくださいました。すみれ組さんは幼児クラス分のクッキーの型抜きをしてくださいました。「美味しい♡もつと食べた♡」と自分達の作ったものを嬉しそうに食べていました。ゆり組さんは自分達で掘ったじゃが芋を使ってじゃが芋ソテーを作りました。とても美味しそうに、いつも以上にたくさん食べていました。ひまわり組さんはお泊り保育でラーメン、餃子、ポテトサラダを食べました。ラーメンはバイキング形式で自分の好きな具材のをせました。みんなたくさん食べても完食してくれました。朝ごはんにはたこ焼き器を使ってベビーカーを作りました。お泊り保育では朝ごはん、夜ごはんともとても意欲的に食べてくれる姿が頼もしかったです。各クラスこれからの調理活動も楽しみですね。

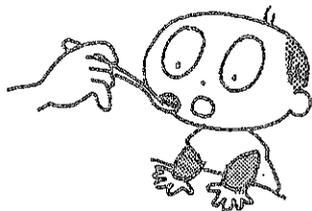
まるじぶん たいせつ
◎自分でたべる意欲を大切に

にゅうえん すうかげつ ペース りにゆめよくすす た 食べられる形態や食品の幅が
入園から数ヶ月、ひとりひとりのペースで離乳食が進み、食べられる形態や食品の幅が
広がってきました。また大人に抱っこされ、全面的に食べさせてもらっている時期の子
供達も、自分の手でつまんで、口元に運ぶことを学んでいます。(手つまみ食べ)

て つまめるものを用意してあげます。(角切り野菜の煮物、角切りパンなど)

自分で食べられるととても満足そうです。手つまみ食べは、手と口元までの距離間を学んだり、
自分で食べる意欲を育てます。この手つまみ食べを十分に経験することが、スプーン食べにつながって
いきます。さらに小さい子は、スプーンの上ののった食べ物を、自分から取り込んで食べています。
スプーンを下唇の先に近づけて、子供が上唇で食べ物を取り込んでから、スプーンそっとぬきます。
自分で食べるという事を大切にしていきたいと考えています。

それぞれの段階で配慮していく点はちがっていても、【自分で食べる意欲】を大切にしていける
といいですね。



みかく はったつ
◎味覚の発達

あせらずにいっしょに食べる楽しさを

はじめて食べる食品や、嗜好により、苦手で食べられなくても、経験をかさねていきましょう。

味覚経験の蓄積によって、食べられるようになっていきます。

決して無理強いをせず、あせらず食べる楽しさを伝えていきましょう。

そざい あじ がわかる嗜好を

かこうしょくひん あじ こ みちようみりよう おお つか
加工食品は味が濃く、うま味調味料が多く使われています。

こども しょくじ かこうしょくひん たよう みかく 嗜好の発達を阻害する可能性があります。

そざい あじ い うすあじ しょくじ こころが みかく ひろ しこう はったつ うな
素材の味を生かした薄味の食事を心掛け、味覚の広がり、嗜好の発達を促がしましょう。