

日ごとに木々の緑が濃くなり、日差しも輝きを増してきました。次々に咲く花に気持ち弾んできます。

新年度の慌たしさもありましたが保護者の方々のご協力やご理解により子どもたちは新しい環境にも大分慣れ、日ごとに落ち着いた生活になってきました。また、それぞれの個性が光ってきて、これから子どもたちと大人でどのようなドラマが展開されていくのかとても楽しみです。子どもたちの様々な姿をできるだけお伝えしたいと思います。

5月2日の子どもの日の集いでは、各クラスから趣向を凝らして作ったこいのぼりが披露されます。ひまわり組の鯉のぼりをちよくちよく見に行っていたすみれ組のくん。それほど気に入ったならどうぞと、ひまわり組さんがその鯉のぼりをすみれ組に譲ってくれました。ほのぼのとしたやりとりでした。

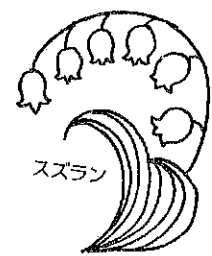
子どもたちが元気に育つように願いを込めた鯉のぼりですが、昔も今も子どもへの願いは変わりません。

5月5日の子どもの日は“子どもの人格を重んじ子どもの幸福を図る”ということですが、子どもの権利について、ある本に分かりやすく紹介されていました。

子どもの権利は、まずは「愛される権利」から始まります。そして、「世界でたった一人しかいないあなた（こども）が、輝きながら大きくなるための権利」であり、そのためには大人に「呼びかけ向き合ってもらふ権利（意見表明権）」が一番大切なものなのです。

（保育通信より抜粋）

私たちが大事にしたい“一人ひとりに寄りそうこと”や子どもたちと大人が対話的に進めていく“子どもとつくる保育”なども子どもの権利に通じていると感じます。これらのことを深めていくことが子どもの権利を守ることに繋がっていくことを信じて保育を進めていきたいと思っています。



今月末より保護者会があります。

5月の末より各クラスの保護者会を予定しております。

日程は年間行事予定にありますので、ご確認下さい。

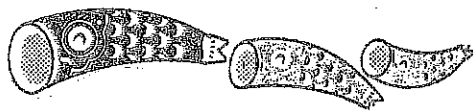
クラスの様子と合わせて“一年間大切にしたいことなどをお伝えします。保護者間のいい交流の場になっておりますので、是非ご参加下さい。

緊急時の第一避難場所について

入園説明会の時にお話しした緊急先の件ですが、区に問い合わせたところ、これまで通りで支障はないという事でした。

緊急時の第一避難場所はこれまでどおり桃井第二小学校（荻窪5-10-25）です。

すずらん 5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
 2017年5月1日

風薫る5月、さわやかな季節になりました。

保育園の新年度がスタートして早1ヶ月。新しい環境に泣いていた赤ちゃん達も可愛い笑顔をいっぱい見せてくれるようになって、保育園が安心して過ごせる場所になりつつあります。他のクラスの子ども達もぽかぽか暖かいお日様を浴びながら草花や小さな昆虫、野鳥との出会いを毎日楽しみにお散歩に出ています。

“ふれあい保育”

随時受け付けています。

ふれあい保育は親子で同年齢クラスに入り、一緒にあそびます。

集団の中の我が子の姿はお家では見せない面が見えたりや遊具などつぶさにご覧いただけます。また、食事の提供もしておりますので、離乳食で困っていることなども栄養士が相談に応じることもできます。ご希望の方はお電話下さい。

おおきくなあれ

5月19日(金)

10:30~11:30

身長体重測定

絵本

触れ合い遊びなど

予約は必要ありません。お気軽にお出かけ下さい。

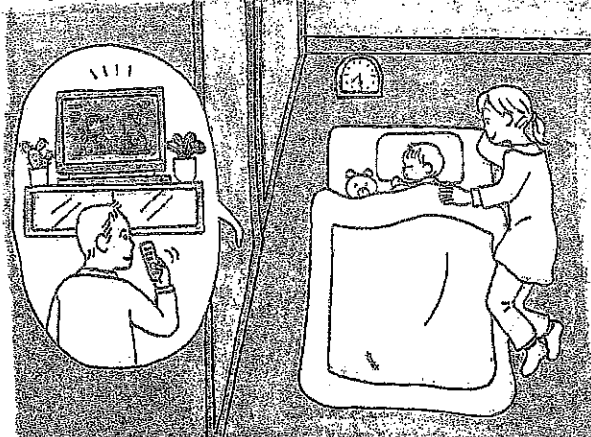
子どもを寝かしつけるには？

子どもに1日3回食事を食べさせるように、幼児の頃は、毎日子どもを寝かしつけることが親の役割です。睡眠のリズムができるまで、次第に同じ時間に眠くなるようになります。

お父さんは
早めに家に帰ってくる

電気を消して
部屋を暗くする

9時までには
ふとんに入れる



テレビなどの音は
小さくする。

背中を軽くたたいたり
さすったりする

寝かしつける時間は
15分から30分

意欲のある子は
早寝早起き

寝かしつけて
もらえない子どもは、
毎日体の限界に挑戦!

幼児は、放っておくと体の限界まで起きています。親に寝かしつけてもらえない子どもは、脳の疲労もたまりがちです。

遊びながら
パツクリ



睡眠推奨時間

| | |
|--------|---------|
| 0~3ヶ月 | 14~17時間 |
| 4~11ヶ月 | 12~15時間 |
| 1~2歳 | 11~14時間 |
| 3~5歳 | 10~13時間 |

参考文献

高山静子著

「子育て通信」

54



にっこり

ひととき保育

しまっこり さくらだより H29.5.1

さくらぐみは、今まで遊びに来ていた子どもたちが、玄米幼稚園や保育園に入園し、新しいお友だちが増えて毎日見辰やかに過ごしています。

4月の入園式の日に、新しい幼稚園生活にドキドキしながらも、「OOぐみになるんだよ!」としまこらし気に言っている子どもたちの声を嬉しく聞いておりました。

玄米幼稚園、保育園等の集団生活に入る前に、沢山の経験をしたながら、生活習慣を見つけたり、自分だけの世界から友だちと一緒に遊ぶことの楽しさを感じられる、そんな場所になれたらいいなと思っております。

★ さくらぐみの系合食について ★

今年度の10月から、今まで南大庄にあがったことのない食材。

こもりしほも・たらこ・ほたて缶・えび・キウイフルーツが

出ることがあります。(2枚以上)アレルギーのあるお子さんはさくらぐみの保育士にお伝え下さい。又、ご家庭でこの食材を食べる機会がありましたら言試は丁頁いて、アレルギー反応が見られましたら、お伝え下さい。よろしくお原頁い致します。

おさんしま たのしいね

日差かくなってお散歩が気持ちの良い季節になりましたね! さくらぐみではお天気の良い日は10:00~10:30ページからお散歩に出掛けています。

さくらぐみでよくおさんしまにいく!!

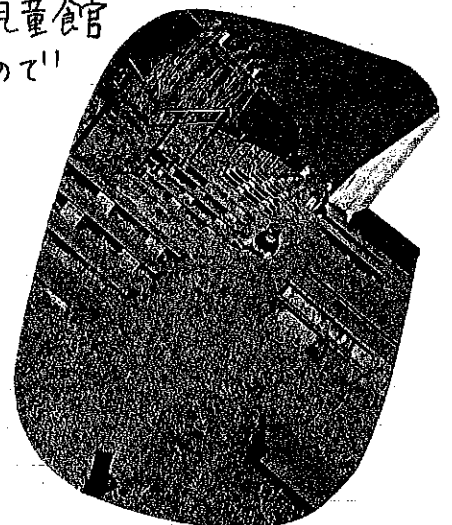
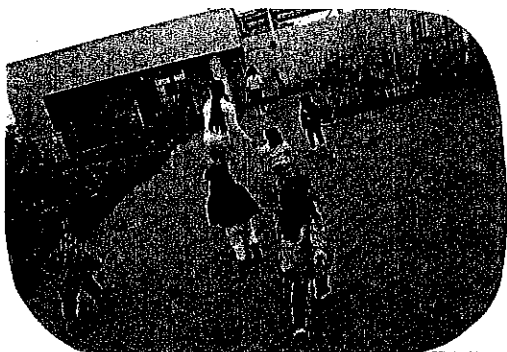
あんさんぶる荻窪

の紹介です。

外階段を登ると屋上庭園があります。(エレベーターは6Fです)今の時期はお花も沢山咲いていて、とてもきれいです。食卓食もできるのでおやつをもっている日も良いかも☺️ 雨の日は食堂内の見童館もおすすめてです。平日はもちろん土、日も開園しているのでも親子で気分転換に利用するのもおすすめてですよ。

13~14時は体育室の半面が、早し幼見専用になります。

ウッドデッキでおもいっきり走りまわろう!



離乳食作りに大活躍 <だしの取り方>

<味噌汁作りに 煮干しだし>

保育園の味噌汁は煮干しと昆布を使用しています。

煮干しは、そのままの状態を干したものですから、うま味も魚の個性もストレートに出ます。味、香りともに強く、出汁にコクがあります。

<だしの取り方>

煮だしと水だしがあります。

雑味が少なく、良質の出汁が取れるのは、水だしです。

頭と腹わたからは苦味や雑味が出るので、下ごしらえとして取り除くと良いとされていますが、

水だしの場合はそれらが出にくいので、取り除かずに簡単に美味しい出汁が取れます。

①鍋やタッパーに煮干し、昆布(5cm長さ)、水を入れて一晩冷蔵庫に入れる。

②煮干しを取りだし、出汁を使う。

★小さな容器で濃い目に出汁を取って、水を増して使います♪

★出汁がしっかりしていると、味噌を控えても美味しい味噌汁が出来ます。

★大人の健康管理にも、手軽で美味しい煮干しの味噌汁、お試し下さい♪



<手つまみ食べの野菜の含め煮に 干し椎茸だし>

保育園では野菜をコロコロ(1.5~2cm角)やスティック状に切り、昆布(2~3cm長さ)・干し椎茸

水を入れて煮ます。前日の下準備もいりません。

干し椎茸の旨味や甘さで、野菜本来の味を伝えていきます。

<作り方>

①ご家庭にある野菜をコロコロ~スティック状に切ります。(コロコロの手つまみが上手につまめる様になってきたらスティックにします。)

②鍋に野菜、昆布・干し椎茸(1~2個)・水を加えて煮ます。

野菜がある程度柔らかくなったら、醤油をほんの少し加え、出来上がりです。



<和食の基本 鰹だし>

鰹だしは和食には欠かせません。

体に良いとされている和食、子供達にも伝えていきたい味です♪

<だしの取り方>

①鍋に昆布(4~5cm長さ)・水を加えて火にかける。

②沸騰直前に、鰹だしを加え火をとめる。

③しばらく置いてから、出汁をこして使用する。

★まとめて取って、製氷器に入れば使いたい分だけ取り出せます。



<何かと便利・万能 昆布だし>

昆布は煮干し・鰹・干し椎茸と一緒に使用すると、それぞれの出汁の旨味が増します。

前日に鍋や容器に昆布+水を加えて置けば、美味しい昆布だしが取れます。

鰹だしや手つまみ野菜の含め煮に利用できます。

