

屋上で栽培中の夏野菜が順調に大きくなっています。トウモロコシは葉っぱが青々としていて実も付き始めています。インゲンも順調に育っています。ほっこりとした土の栄養とたっぷりの日ざしに水が十分だった証拠です。

7月6日のプール開きに向けて、屋上に日よけのタープを張りました。子どもたちにとってプールや水遊びは夏には欠くことのできない大切な活動です。思い切り全身を使って楽しみ、心身共にグリーンと成長させてほしいと思います。

6月7日に“一年生を迎える会”を行いました。

全員元気な顔を見せてくれたことが何よりでした。入学してからの生活は、当然ワクワク感もあるでしょうが、緊張したり、戸惑ったり、そうしたことが表情に出るのでしょう。きりりと引き締まった顔が印象的でした。この会については“卒園してからも保育園がいつでも身近に感じられる場でありたい”という思いがあります。

この日のひまわり組さんとの交流は荻外荘公園で鬼ごっこして汗だくになりました。質問タイムでは「何して遊んでいるの?」「なんの勉強してるの?」の質問になんでも聞いてという感じではきはきと答えていた一年生でした。

もうすぐひまわり組さんのお泊り会です・・・7月7日(金)8日(土)

どのグループも当日に向けて準備に熱が入ってきました。

子どもたちと担任で、お泊り会に何をしたいのか話し合ってきました。たくさんの意見が出てきて一つには絞り切れず、最終的には“博物館見学”“ファッションショー”“パーティー”“キャンディーやさん”の4つの活動を行う事になりました。2日間の取り組みの中に活動をすべて盛り込むことにしたようです。「当日やりたいと思う事は出来るだけ形にしてやりたい」という担任の思いがあって、今回はこのような形になりました。

子どもたちにとって、出した意見はしっかりと取り上げてもらい活動に反映できる経験は自分たちが中心になって進めていこうとする意識が高まり、意欲的になっていくのを感じます。お泊り会に向けて、準備をしているひまわり組さんの姿からそれを感じることができます。当日が楽しみです。

(詳しくは “なかよし ひまわり 満開!” をご覧ください)



(こっこり)

一時保育室

しまっこり

さくらぐみだより

H29,7,1

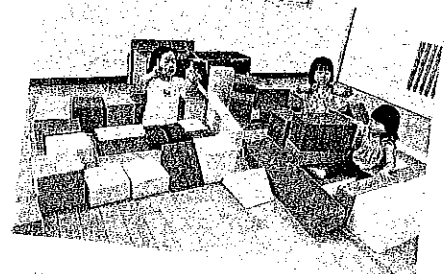
さくらぐみは、毎日お友だちのメンバーがかわるクラスですが、毎週決まった曜日に遊びに来る子同士は、少しずつ仲が深まっているようです。先日は、シャワーの時、大人に促されてもイヤイヤと言っていた子が、お友だちに言われるとニコッ♡の気持ちでセカリ替わり、仲良く水浴びしました。友だちとなら「楽しそう!」という気持ちで、「やってみよう!」という気持ちにながって沢山の糸巻馬車ができるといいな...と思っています。



よいしょ



力をあわせておうちが完成!



ママ友たちのピクニックランチです!  
赤ちゃんを連れて荷物もいっぱいいたくましいママたちです♡

ホールで大型のみ木のおうちを制作中!



その後おうちに荷物を運んで配り運ぶのが始まりです

★7/6からは水あそびをします!!



タライに水をはって、ジョーロやカップ、水でっぼう等で遊べます。服のままでも遊べますが、お家に水着があるお子さんは持ってきて下さい!!

☆☆ 親子ひろば ☆☆

7月15日(土) 10:00~11:30

場所: ひととき保育教室の保育室とホール

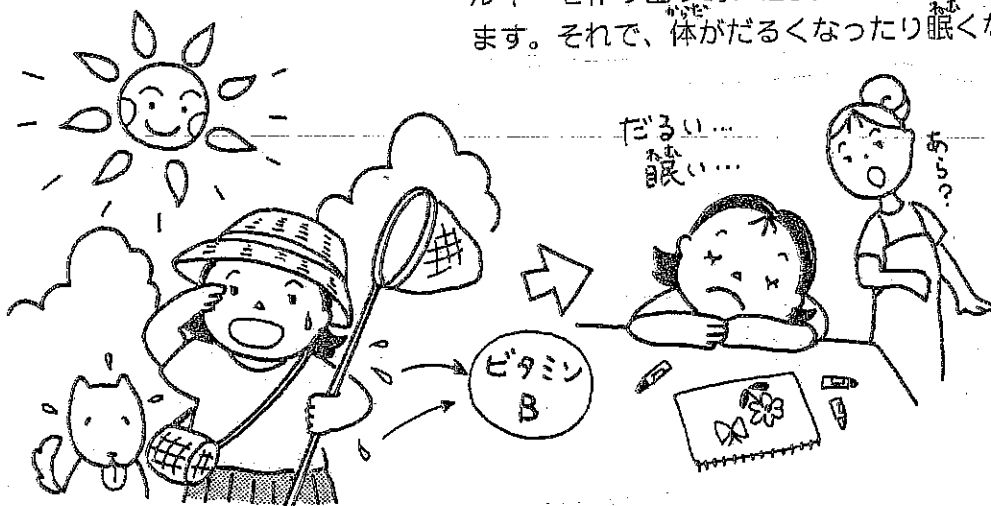
今年度もひととき保育教室では親子ひろばを開催します! ひととき保育での子どもたちの様子を写真でお見せしたり、午ぐりおもちゃの紹介やワークショップも予定しております! 是非遊びに来てください!

### 夏バテ予防の秘訣！

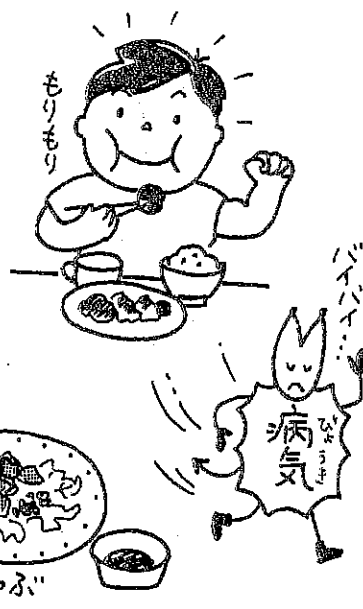
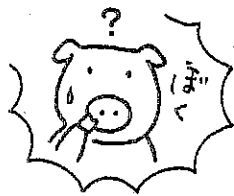
気温が急に上昇するこの時季は、体が暑さに慣れていないため「熱中症」が多く発生します。  
 健康に自信がある人でも、睡眠不足や朝食抜きによって「熱中症」を起こしやすくなります。  
 暑さで食欲がわきにくい人でも、朝食はしっかりとるようにしましょう。  
 また、水分不足も夏バテに繋がるのでこまめな水分補給を心掛けましょう。

### 夏バテを防ぐ食事のポイント！

夏は体に暑さがこもります。そしてたくさん汗をかき、エネルギーを作り出す時に必要なビタミンB群が排出されてしまいます。それで、体がだるくなったり眠くなったりするのです。



夏におすすめの食品は豚肉です。とてもたくさんビタミンB群が含まれています。冷しゃぶ、焼き豚などにすればさっぱり食べられますね。野菜もたっぷりそえて。夏こそしっかり食べないと、元気で楽しく過ごせなくなります。食生活が、充実していれば、病気も逃げていきます。



きょうどりょうり 郷土料理 **ずんだ餅** ~宮城県~ みやぎけん

宮城県の郷土料理で、枝豆を茹でて取り除いてすり潰し、砂糖、塩、水を加えて作った餡を餅と合わせた料理です。ずんだ餅は、栄養豊富な枝豆をきれいな薄緑色の餡にすることで見た目にも魅力あふれる料理です。枝豆の収穫時期となる夏によく作られ、お盆やお彼岸のお供え物の定番料理です。夏に作られることから冷やして食べるのが普通で、すり潰して食べやすくされたずんだは消化にも良く、暑い夏の料理として好まれています。

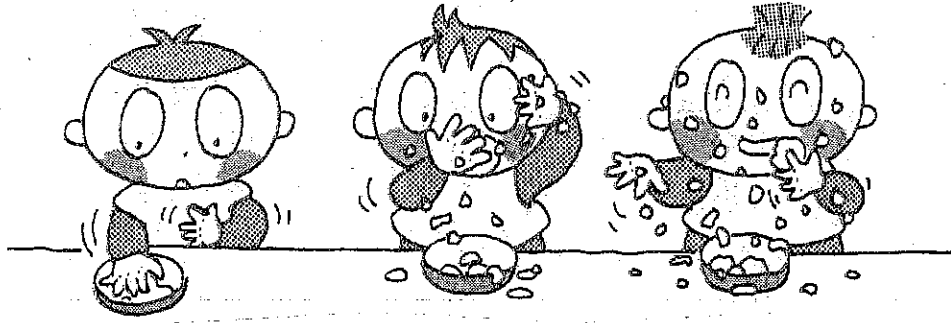
# ◎食べたい意欲のあらわれ「手つまみ食べ」

## \*手つまみ食べとは

離乳食は新しい食べ物への対応と、食べ物の取り込み方を総合的に行う食事です。

大人によって、スプーンにのせた食べ物を一方的に運び込むだけの食事ではありません。

赤ちゃん自らが食べ物の状態を確認したり、それを自分の口に運びたいという積極的な行為が「手つまみ食べ」となって現れます。

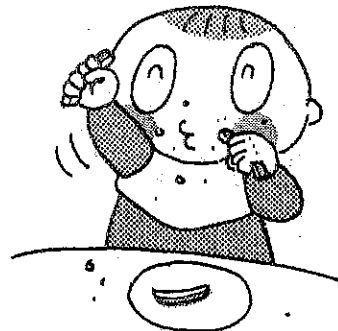
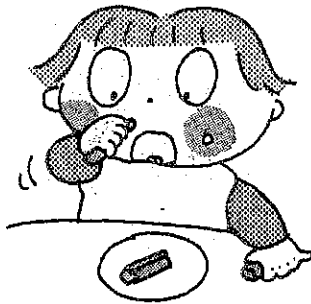


## \*手つまみ食べに適した食べ物

柔らかく煮たにんじんなどの野菜スティックや、パンの耳のトーストなどが持ちやすく噛みちぎりの練習にもなるのでおすすめです☆

やわらかく煮たにんじんスティック

パンの耳トースト

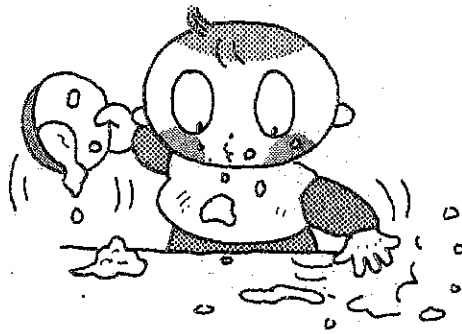


## \*手つまみ食べの注意点

手つまみ食べは自立食への第一歩ですが、完全に自分一人で食べるにはまだまだ先のことです。

子どもの気持ちを大切にしながら、大人が介助してあげることも必要です。

また、手つまみ食べが盛んな時期と遊び食べの始まる時期はちょうど重なっているのでその見極めが必要です。



# すずらん 7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7月1日

暑さが気持ちよくなり、プールの楽しめる季節ですね。水と汗と笑顔でキラキラ光りながらこんがりになるまで遊ぶ子供たちの顔は、本当に素敵なんです☆  
今年もたくさん楽しめますように・・・☆

## ♪子ども達の楽しい時間♪

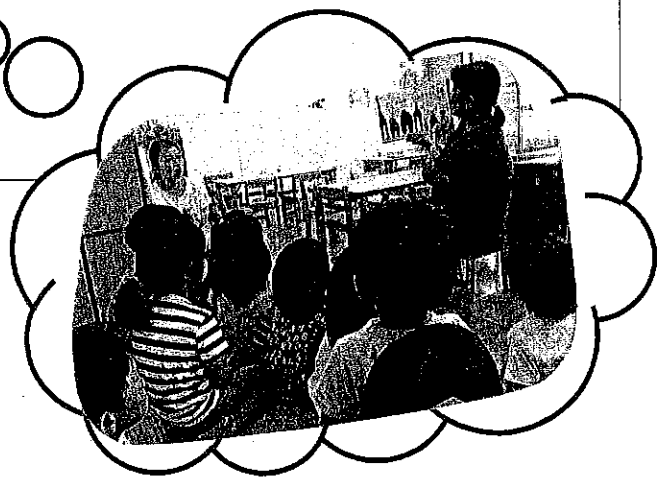
【ゆり・ひまわり組 おはなしの会】

ゆり（年中）・ひまわり組（年長）では、月に2回“マザーグースの会”というお話しの方がみえて、手遊び・絵本・素話・・・等を聞かせてくれます。子どもたちの好きな話もあれば、初めて聞く物語もあり、子どもたちの想像の世界は広がっていきます。

又、大人も聞くと本の語り方の参考にもなると同時に、子どもたちと一緒におはなしの世界に入り込める・・・そんなわくわくした時間になっています。

聞く姿は真剣です！！

お近くで読み聞かせの機会があれば是非、参考に足を運んでみてください。  
素敵なおはなしに出会えるかもしれませんよ☆



## おおきなあれ

7月14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。

7月15日(土)親子ひろば(裏庭)にもどうぞ！！

7月8月と、ふれ合い保育の方はお休みさせていただきます。

また9月から再開いたしますので、是非遊びに来てくださいね！！

# 親子ひろば

7月15日(土) 10:00~11:30

荻窪北保育園ひととき保育さくら組・ホールにて

ひととき保育室のお部屋を開放して、離乳食の展示をしたり、

手作りおもちゃをご紹介します。

お子さんのこと、子育てについてなど、たくさんお話しして楽しい時間を過ごしましょう！

手作りおもちゃのワークショップも行いますので、是非ご参加お待ちしております。

★当日の参加が事前にわかっている方は、ひととき保育室、又は事務所までお声かけください。