

今年の夏は例年になく猛暑になった日もありました。9月に入り、日が落ちる頃になるとコオロギの鳴き声が聞こえ秋らしさも感じられてきました。まだまだ残暑の厳しい日が続きそうなので体調など崩さないように気をつけて過ごしていきたいですね。

7月6日（金）・7日（土）におとまり会がありました。

お泊り会当日は、雨が降ったり止んだりの天気の上野動物園に行けるかどうかギリギリまで決定せずに様子を見て判断をすることにしました。担任と子どもたちは上野動物園に行けるの…博物館かな??とハラハラ・ドキドキしながら移動をしていたとの事でした。

何とか雨も弱まったので上野動物園に行ける事を子どもたちに告げると皆大喜びだったそうです。雨模様の天気だったこともあり暑さが和らぎ、動物たちもよく動いていたこともあって、驚きや発見がたくさんあったのが報告の中からも伝わってきました。

夕方の時間はカラオケ大会、ピタゴラロボット、夜の探検と盛り沢山な内容になりましたが、その中で子どもたち一人ひとりの輝く姿が見られました。

自分たちで考え、話し合っつくるお泊り会は、年長クラスの子どもたちにとって充実感や達成感、そして誇らしいそんな気持ちになれるものだと改めて感じました。

9月には、お泊り会の実践を基に講師の先生を招いて職員皆で学習を行う予定です。実践と学習を積み重ねて今後の保育に繋げていければと思います。

プールや水遊びを楽しみました。

プール活動の様子を見に行った時、ちょうど年長クラスの子どもたちがプールに入っていました。しばらく様子を見てみると、深呼吸をしたあと目を閉じて水の中へ顔をつけていたKくん。“プハーっ”と水面から顔を出すと嬉しそうに「せんせい、みて～」と担任に声をかけていました。きっと水に潜る時の色々な葛藤を乗り越えての姿だったのではないかと感じました。夏ならではの活動を通して経験したことが今後の活動に生かされていくと思います。

今年は、配布したおたよりでもお知らせしたように、プール活動の監視体制、指導体制の見直しを行いました。今後も子どもたちが楽しく安全に夏を過ごし、夏ならではの遊びを通して様々な経験が出来るようにしていきたいと思っています。

お知らせ・お願い

- ・延期していた、屋上の床の改修工事を9月以降に行う予定です。日程が決まり次第お知らせしたいと思います。
- ・自転車で走行中の事故についての注意喚起情報がありました。自転車を利用の際は、スピードの出し過ぎなど無理な運転はせず安全に留意しながら走行しましょう。

にっこり ほっこり さくらだより

h30 9月

7・8月はあまりの猛暑に、体調をくずしてしまう子が多かった気がします。特に乳児の子ども達は高熱を出してしまう子が多くいました。小さい子ども達には、厳しい夏になりましたね。季節の変わり目はどうしても体調をくずしやすいので、生活リズムを整えて、乗り越えられるといいですね！

夏の一時保育は、幼稚園の子ども達が多い季節。暑い日は続きましたが、水遊びを楽しみました。水を掛け合う…というよりは、浴び合うというのでしょうか。ダイナミックに遊ぶ幼児の子たちに紛れて、2・3歳も遊んでいます。ちょっと大きなお兄さんやお姉さんに、刺激をもらいながら過ごしていました。

<身辺自立にむけて>

幼稚園入園準備のご家庭は、入園までに「手づかみではなく、スプーンを使ってほしい」「トイレでおしっこをしてほしい」「大人が食べさせるのではなく、自分で進んで食べてほしい」等、考えているご家庭が多いようです。これらの事は、急に子どもにやらせようとしても難しいものです。小さいときからコツコツと、根気よく、大人がやってしまう方が早くても、汚れても、子どもにやらせてみるという事が大切なようです。園ではどのようにしているかという、少しづつ子ども自身で出来る事を増やせるように援助をしています。

食事について

0歳1歳あたりの子どもの場合は、食事の集中時間が15~20分と言われています。乳児はスプーンで食べることも、疲れてしまうことも。子ども3回に大人が1回介助してあげ、様子を見ながら介助の回数を減らしてみましょう。食べきれない量を盛り付け、お皿が空になったら「空っぽだね」と声をかけてあげることで、食べる意欲にもつながりますね。

片付けについて

1歳児くらいから、出した玩具を大人と一緒に片付けてみましょう！！
パパママが片付ける姿を見ながら、真似をしていきます。まだ、小さいうちは出した物全ては片付けられないと思いますので、数個で良いと思います。ポイポイ入れられるカゴがあると便利です。また、幼児に近づくと和恵も働き、片付けない子もいます。今ある玩具を片付けてから、次の玩具を出すように意識してもらおうといいですね。幼稚園でも、学校でも整理整頓は大切です。

着脱について

保育園では1歳児クラスから、着脱の援助をしています。上着は肘が抜けないように、洋服の内側に大人の手を入れ、子どもの肘を袖から引き抜くようにしていきます。着る時は首から先に通し、その後片方ずつ腕を入れていくのがお勤めです。スポンは、ウエスト部分をはじめは大人が開いてあげ、子どもに足を片方ずつ入れてもらいます。「足をとおせたね」「上手ね」と声掛けをする事で、少しずつ着脱に参加できるようになります。またウエストに子どもの親指を入れ横に引っ張るようにして、足をスポンのトンネルに入れるようにレベルアップをしていきましょう。スポンのウエストの前部分を上に引っ張り上げられるようになったら、必要な所を援助してあげるといいですね。袖から手足が出たら、「いないいないぼー！」とくすぐっても楽しいですね。

<甘えと甘やかし>

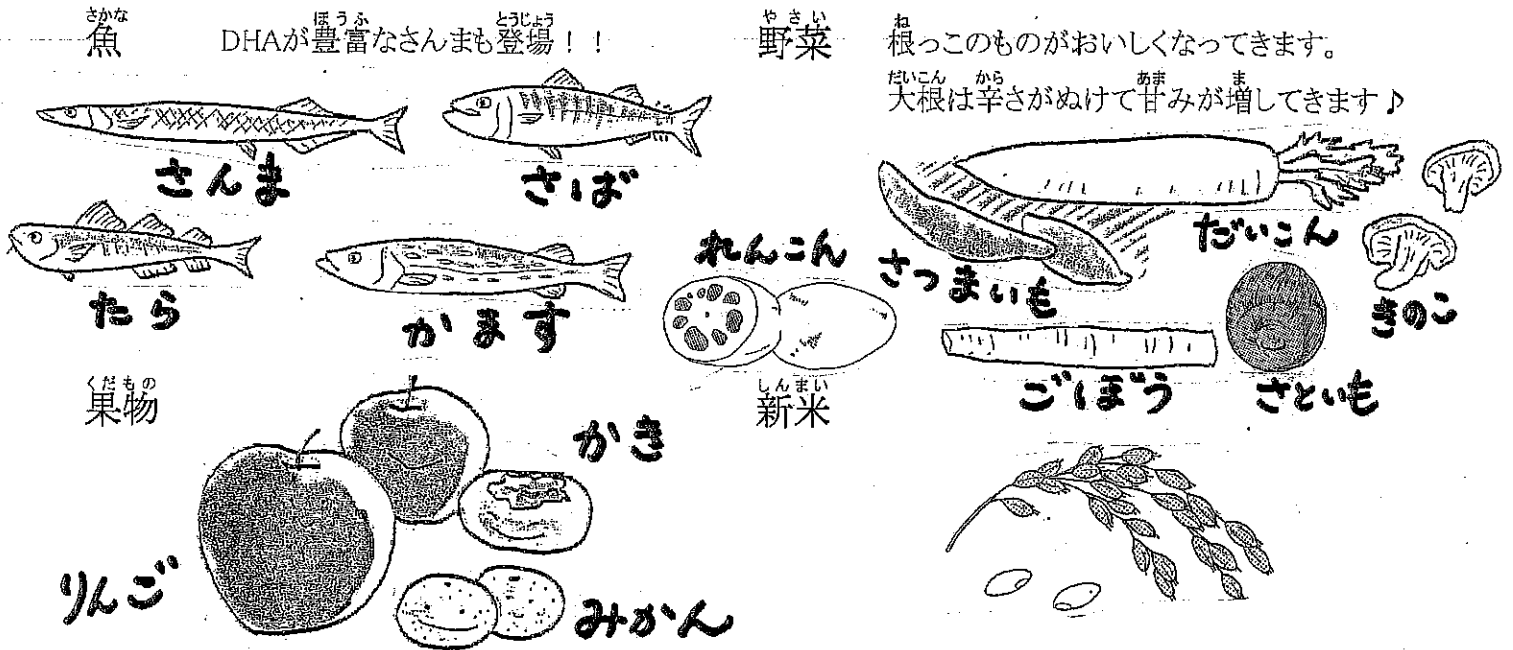
ポイントとしては「パパママと一緒にやってみる」です。子どもが負担に感じない程度に「一緒に」を合言葉にしていくといいですね。重要なことは、甘えは十分に受け止めてあげることです。ただ、甘やかしは子どもが自分で行う機会を奪ってしまいますね。甘えと甘やかしは区別して、子ども自身が出来る事を増やす……そのことが、トイレトレーニングにも大きく左右する1つの要因でもあります。

おいしい秋の味覚

まだまだ残暑が厳しい日が続きますが、スーパーなどでは少しずつ秋の食材が目立つ様になってきました。秋は収穫の秋、味覚の秋、食欲の秋といわれています。

旬の食材は、栄養価も高く、美味しいです。子供達と一緒に好きな秋の食材を探して、味わうのも楽しいですね♪

給食でもさんまや鮭、里芋や蓮根等の根菜類、なしやかき等を取り入れました♪♪



☆おすすめメニュー なすのオペラ風 ☆

〈材料 幼児1人分〉

- 豚挽肉 15g
- なす(角切り) 35g
- 玉葱(角切り) 20g
- トマト(角切り) 20g
- にんにく(粗みじん) 0.5g
- オリーブ油 2g
- ケチャップ 5g
- 塩 0.2g
- シュレッドチーズ 10g

〈作り方〉

- ①鍋にオリーブ油をしき、にんにくが香りが出るまで炒める。
- ②豚挽肉、玉葱をよく炒め、なす、トマトを加えしんなりするまで炒める。
- ③ケチャップを加え、さらに炒め、塩で味付けをする。
- ④鉄板に③を平たく並べ、シュレッドチーズを上のにのせ、オーブン180～185℃ 10～12分焼く。チーズが少しきつね色になったら出来上がりです。

○焼き時間は加減して下さい。
 なすの美味しい時期のおすすめメニューです。
 簡単に出来て、美味しいです♪
 なすの苦手な子供達にも人気です。

◎1歳児の頃の食事

離乳食完了の1歳～1歳半過ぎ。もう大人と同じものでも大丈夫？調理の工夫は？

気をつけることは？等々、今月の離乳食だよりは、1歳過ぎの食事についてスポットをあてました。

《自分で食べるための準備をする時期です》

自分で大人とだいたい同じものを食べられる目安は、3歳頃と言われています。1歳児の頃は、そこに向けて

準備を始める時期ととらえましょう。毎回の食事で少しずつ「自分で食べる意欲と食べる機能」を育てて

いきましょう。

《食環境》

◎スプーン…口元までうまく運ばずに遊んでしまったり、ひっくり返してしまう時には、無理に取り入れずに、手つまみ食べの経験を重ねましょう。スプーンを使えるようになってもまだまだ大人の介助が必要な時期です。お子さんの様子をみながら、サポートしてあげましょう。

◎コップ…ストローや持ち手のついたマグではなく、コップからお茶を飲む練習をしましょう。お椀やコップは自分で持てるサイズで、重さのある安定した形状のものがおすすめです。

◎食事時間…20分位を目安に、楽しい雰囲気の中で食べましょう。



《食べやすさと発達》

歯や口、舌の機能も発達する時期です。前歯でかじりとり、歯茎や奥歯でかむことで食材を味わいます。また唾液と混ぜて消化を助け、おいしく食べるようにする練習時期です。

◎手つまみ食べ…自分で食べる意欲を育てます。野菜やパン等、手に持って食べられる大きさにします。手と口への距離感を学び、スプーンへの移行につながります。また一口量を知る経験になります。

パンの耳トースト



◎調理形態…みじん切り等の刻み食や、やわらかい食べやすいものばかりだと噛まずに丸のみすることを助長します。またかたすぎても、食べられません。口をよく動かして食べているか、お子さんの様子を見ながら大きさ、かたさを変えていきましょう。

◎献立の工夫…☆野菜類 火を通したもの。生野菜はまだ食べにくい時期です。

☆味つけ 大人用に味つけする前に取り分けましょう。

☆手つまみ野菜 季節の野菜や果物を手つまみ出来る形態で食卓にのせましょう。

☆幅広い食体験を 好き嫌いや好みも出てくる時期ですが、出さないのではなく

継続して、食卓にのせる様にしましょう。