

先日、4・5歳クラスの子どもたちが大田黒公園に笹を取りに行きました。玄関前やクラスの笹に飾りやお願いごとが飾られるのが楽しみです。

### 子どもたちの声を大切に取り組む“お泊り会”

ひまわり組さんになると、保育園に一日泊まる“お泊り会”があります。お泊り会当日の内容は毎年違います。今年度は子どもたちの話し合いの中で「山で虫取りがしたい」「キャンプがしたい」（夜は山の中に見立てたホールで過ごす）ということになりました。

子どもたちの声（思い）をまずは聴くこと。話し合いの中では、それぞれの思いが異なることや叶わないことが当然あります。子ども同士がお互いの思いを出し合い、考える、聴く、調べるなどを通して決めていくことを大切に取り組んでいます。当日はもちろん当日までの取り組みの中で子ども一人ひとりが輝き、クラスの仲間と共に“みんなで決めて”“みんなで泊まれた”ことが楽しかったと思えるお泊り会にしていきたいと思えます。

### 「ほめられることは 心のごちそう」

6月26日（水）に職員の絵画研修を行いました。夕方の時間に4・5歳児の子どもたちと実際にたんぼ筆を使って絵を描く活動を行いました。その後、職員皆で講演を聞いて学習をしました。その中で「絵は子どもたちからのメッセージ」「ほめられることは心のごちそう」と話されていました。

4・5歳児クラスのたんぼ筆の活動では、大田黒公園に笹を取りに行った事とついで公園にお散歩に行った時のことを振り返りながら子どもたちが絵を描いていきました。絵を描いていくうちに「これは笹、これは〇〇と〇〇（自分と友だちの名前）だよ！」と楽しそうに話してくれました。「そうなの。とっても素敵な絵だね」と話すと、とても嬉しそうにして「もう一枚描く」と言っていました。絵で表現したことを受け止められ、「すてきな絵」と褒められたことで自信に繋がりもっと描きたい（表現したい）姿が見られたのだと感じました。各クラス、今回の研修で学んだことを保育実践に生かしていきたいと思えます。

### お知らせ

9月12日（木）に幼児クラスで「孫と遊ぶ会」があります。午前中におじいちゃんやおばあちゃんたちと楽しい交流のひとつを過ごしたいと考えています。詳しくは、9月のえんだよりでお知らせします。



# すずらん

<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

2019.7.1

梅雨明けが待ち遠しい、この時期。もうすぐ暑い夏がやってくるね。蒸し暑かたりに、肌寒かたりに、子ども達は体調を崩しやすい時期でもありますね。十分な睡眠、食事、こまめに水分補給を心がけましょう!!

今回は、この時期にピッタリな「色水あそび」や絵の具遊びをご紹介します。

## ☆おあそびはあれ☆

7月11日(木) 10:30 - 11:30

\* 8月はあそびです。

• 身長、体重測定

• 絵本・ふれあい遊び

## ☆ふれあい保育☆

親子で同年齢のクラスに入り、一緒に遊みます。食事の準備供もにありあがり、離乳食が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。



## 絵の具であそぼう!!



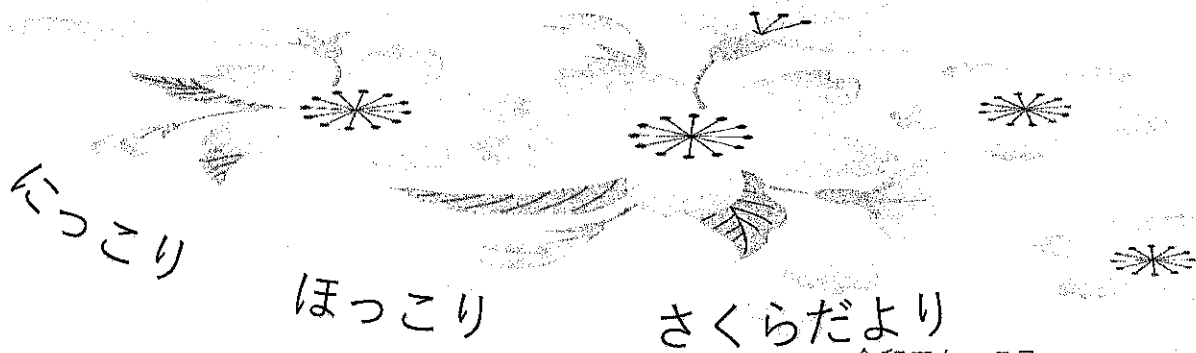
暑い日には、水あそびにも、ひと工夫して遊ぶごめませんか?

今回は、1、2歳クラスが遊ぶ「フィンガ-ポイントング」と、色水あそびをご紹介します。

絵の具の感触を楽しみながら、「グイッック」に遊ぶ「フィンガ-ポイントング」!! 絵の具は洗濯のりをプラスすると、手足についた絵の具もスリッと洗い流せますよ。

またボールに色水を作り、プラヨーヨーやポンポンなどに移し替えて「ジュ-ス屋さん」にも盛り上げられます。葉っぱや木の葉、お花を入れて遊ぶのもオススメです!!





令和元年 7月

6月に小学校から頂いたヤゴが5・60匹はいたでしょうか。。。無事に成虫になって次々ととびたっていきました。「ギンヤンマ」というトンボのヤゴで、ヤゴがわからない子ども達も天井に止まっているトンボをみると「あっ！」と指さし。トンボが怖かった子ども少し触れるようになったり、トンボはバタバタと飛ぶので怖いけどダンゴムシは触れるようになったり、子ども達なりに虫に興味を示していた気がします。また反応が面白かったのは、保護者の方々！ヤゴがいる水槽を覗いては「うわ〜気持ち悪い（笑）」「これ完成度が高い。本物ですか」「懐かしい、以前飼ったことがあります」とその反応は様々。親子共に、楽しんで頂けていたら嬉しい限りです。

**この夏、おすすめです！！**

**<トイレトレーニングについて>**

「ちっちがでたよ」と子どもから知らせてくれるようになったら、トレーニングを始める時期です。オムツがもったいないと取り換えずにいると、子どもは教えてくれなくなりません。排尿→おむつ替えがトレーニングに繋がる第1歩です。

「無理なくトイレに慣れていく」には、急にトレーニングを始めると逆効果なことも。「無理なく」と言う事がポイントです。保育園では、何人もの子どもを保育していますが、排尿感覚が理解している子から少しずつトイレに誘っています。生活の節目（散歩前後・昼寝前等）で座ってもらい「嫌だ」と言ったら、次回に座ってもらう等その時々に合わせて誘っています。

**●おしっこは出すだけではなく、溜める機能も育てること！！**

排尿することだけを教えてしまうと「頻尿」になります。それはトレーニングとは逆効果ですね。オマルやトイレで排尿する事を覚えたら、どのくらいの時間で排尿しているのかタイミングを大人がつかみましょう。季節にもよるとは思いますが、排尿から2時間開くようになったら、本格的にトイレトレーニングを始めると効果的です。様子を見ながら、トイレに誘う時間を伸ばしていきましょう。

我が家の息子は、トイレを嫌がり便座に座りませんでした。機嫌のいい夕方は座る事を発見。おしっこが出て褒められると、やる気が出ていてトイレにスムーズに座るようになりました。ウンチから感覚が分かる子、カーテン裏に隠れて排泄する子オムツで排尿すればいいやと思う子も中にはいます。始めるペースはその子それぞれ違いますが、慌てず・ゆっくり・怒らないが重要です。

**<お願い>**

虫よけシールや虫パッチン等のシール類は、貼ったままの保育のご利用をお断りしています。赤ちゃんもお預りしていますので「はがれて誤食を防ぐ」ためにも、ご協力、お願いいたします。

**<お知らせ>**

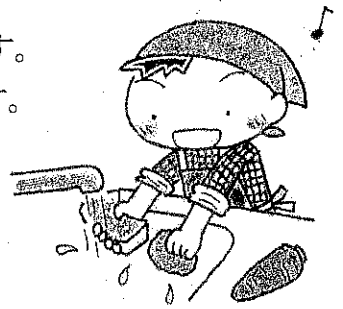
6月17日 シャワー  
7月1日 水遊び

を大きい子たちは開始します。名前の書いたレジ袋に、タオル・洋服・オムツを入れて、フックに掛け用意をして下さい。気温・水温で行わない時もありますが、用意して頂けると助かります。

よろしく願いいたします。

## 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。  
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、玉葱など)  
ちぎる(レタス、きゃべつ、こんにやくなど)
- 幼児** 洗う(野菜、お米など)  
皮むき(茹で卵、玉葱など)  
混ぜる(サラダ、和え物、ホットケーキの生地)  
こねる(ハンバーグ、白玉団子など)  
にぎる(ラップおにぎり)  
はさむ(パンに具材)  
よそう(ごはん、汁物など)  
並べる・下げる(食器を運ぶ、並べる、片付けるなど)

お家でチャレンジ！  
なにが出来るかな？

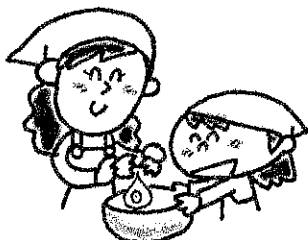
- ★一緒にメニューを考えて  
買い物をするのも楽しいです♪  
★たくさんほめてあげて  
楽しい食事作りにしましょう！

## ☆一緒にクッキング おすすめメニュー☆

## &lt;ロッククッキー&gt;

- |            |      |            |
|------------|------|------------|
| ・油         | 25g  | (大さじ2)     |
| ・砂糖        | 25g  | (大さじ3弱)    |
| ・水         | 25g  | (大さじ1・2/3) |
| ・ベーキングパウダー | 2.5g | (小さじ1/2)   |
| ・小麦粉       | 100g |            |
| ・コーンフレーク   | 20g  |            |

- ①コーンフレーク以外の材料を全部ボウルに入れ、よく混ぜる(混ざらない場合は水で調整する)
- ②全体が混ざったら、コーンフレークを入れて混ぜる
- ③好きな形にする
- ④175℃で12～15分焼いたら完成♪



## &lt;餃子の皮アップルパイ&gt;

- |        |                |
|--------|----------------|
| ・餃子の皮  | 10枚            |
| ・りんご   | 100g           |
| ・さつまいも | 80g            |
| ・砂糖    | 12g (大さじ1・1/3) |
| ・揚げ油   |                |

- ①さつまいもは皮をむき、茹でて熱いうちにつぶす
- ②りんごは角切りにして砂糖半量と一緒に煮る
- ③①に②と砂糖半量を入れて合わせる
- ④餃子の皮に③を包み、180℃できつね色に揚げる

※皮が開いてると油はねしやすいので、皮をしっかりと閉じてから油で揚げてください

\*つぶした南瓜、牛乳、砂糖を混ぜたものや  
キーマカレーにつぶしたじゃがいもを混ぜたもの等  
包むものを変えると様々な味が楽しめます♪

## ◎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

赤ちゃん自らが食べ物の状態を確かめたり、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」です。

## \*手つまみ食べが大切な理由

- ・食べものを手で持ち、口に運ぶ動きは、自分で食べられるようになるために必要なことで、スプーンへの移行にも繋がっています。
- ・スプーンが使えるようになった時に、口とスプーンとの距離感がつかめるようになります。

## \*取り入れる時期

保育園では遊びの中で、物を手でつまむ動作が出て来た頃に取り入れています。

## \*手つまみ食べに適した食べ物

柔らかく煮た野菜やパン、果物などがおすすめです。  
最初は角切りにします。角切り野菜を上手に口へ運ぶことが出来るようになったら、スティック状のものにしていき、ひと口量のかじりとりを学びます。



## ★今の時期のおすすめ

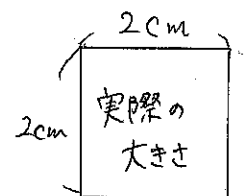
冬瓜:柔らかくて食べやすいです  
南瓜:甘みがあるので食べやすいです

## ★手つまみ野菜の作り方

材料) 人参、南瓜、冬瓜、じゃが芋、さつまい等の野菜  
干し椎茸:1~2個、昆布:3cm長さ1枚、醤油:少々

作り方) ①野菜を2cm角の大きさに切る(スティックの場合は手に持ちやすい長さに切る)  
②鍋に切った野菜、干し椎茸、昆布、水を加えて煮る  
③柔らかくなってきたら、醤油少々で味付けする

鰹昆布だしでも美味しいです♪だしを取ることで、薄味でも美味しく食べられます♪



## \*手つまみ専用の小皿を用意しましょう♪

手つまみ用に決まった小皿を用意してあげることで、このお皿にのっている物は手つまみ食べしても良い物と、子ども達は学習していきます。

何か分からないこと等ありましたら、いつでもお声かけ下さい◎