



ONE ROOF

～ ONE ROOF ～

「大きなおうち」を受け継ぎながら、子どもたちも職員も地域の皆さんも、みんながひとつ屋根の下で笑い、ひとつになり、そして成長して、未来を作り出す力を育んでいこうという思いを込めています。

おうちだより

令和3年12月

社会福祉法人 東京児童協会

葛西大きなおうち保育園

〒134-0083 江戸川区中葛西2-26-6

TEL 5878-0888 FAX 5878-0887

今年も早いもので残すところ一か月足らずとなりました。朝晩の寒さも日に日に増し、冬の季節となりました。子どもたちは北風にも負けず元気に園庭で鬼ごっこやかけっこを楽しんでいます。寒さで体も固まるのでしっかり準備運動をしてから活動に入れるようにしていきたいと思えます。

11月6日の運動会では青空の下で無事に開催でき、子どもたちの笑顔もたくさん見ることができて私たち職員もとても嬉しく思いました。初めての運動会でしたので手際が悪い部分もあったかもしれませんが、良い点と反省点をまとめ保護者の皆様のアンケート内容を受け止め、次に活かしていきたいと思えます。業者による写真撮影もしていますので我が子の姿を探してみてくださいね。

12月に入り一年が終わりに近づくと年度末まではあっという間です。初めての保育園生活が始まった子どもたちは園の環境や職員にも慣れ、伸び伸びと過ごすことができていると思えます。その反面、集団生活が始まり常に風邪気味で体調を崩してしまうことや、ケガが続いてしまうこと、園での様子がわからない点など説明不足などもあり不安なこともあると思えます。保育園生活を長く経験してきている園児のご家庭も含めて何か気になる点、確認したい際などは遠慮なく聞いてください。私自身も子どもたちの様子を日常の保育の中でしっかりと観察し、お伝えできるようにしていきたいと思えます。

新型コロナ感染症では、「オミクロン株」という新たな変異株が出てきています。落ち着いてきたかなと思いましたが、次から次へと状況は変化していきます。コロナ対策に関しましては、ワクチン接種やPCR検査などをするなどして対応をしてきています。換気や消毒作業なども引き続き徹底しています。これからの季節は胃腸炎やインフルエンザなども流行する季節でもあります。集団生活において登園に関しては厳しい判断を園としてすることもありますがご理解いただき、体調を崩した際は子どものためにご家庭で過ごしていただけたらと思えます。

最後にお願ひ事になります。車を使用しての送迎に関して再度お伝えします。入園時の面談と説明会でお伝えしています車で送迎は原則として禁止となっています。しかし、家から園まで距離がある家庭もありますので保育園の駐車場を使用することを可能としました。今年度、近隣の方とのトラブルもありました。近隣の方の両隣のご自宅前や園の前のアパートに駐車をするのではなく、お近くにあるコインパーキング等を利用していただくか保育園の駐車場を利用し、他のご家庭が利用している際は空くまでお待ちください。近隣の方のみならず、保護者の方たちからもルールを守らない方がいるという声とその都度届いてきています。園からも個別にお伝えすることも日が経つにつれて増えてきています。子どもたちの保育にあたる職員が外に立ちその都度伝えていかなければならない状況にはしたくありません。園としても誰もが気持ちよく園生活が送れるようにしていきたいと思えますのでご理解、ご協力よろしくお願ひいたします。



## 5歳児



### 【 目標 】

- ・友だちと共通の目的をもって取り組む中で、役割やルールを決め、工夫しながら遊びを進めていく。
- ・年末の大掃除や新年の挨拶等、季節ならではの行事に親しみ過ごす。

運動会では、友だちや保育士等と一緒に楽しみながらバルーン、組体操を披露する事ができました。練習ではなかなかうまくできなかった組体操の片手バランスや扇も自信を持って披露したり、バルーンでは、つき組さんみんなで心を合わせ様々な技にもチャレンジしたりと子どもたちの成長がたくさん見られる運動会でしたね。

保育園で収穫した玄米を使って、新米おにぎりのクッキングを行っています。収穫の仕方をおさらいした後一人ひとり、ザルに入ったお米をあくが取れるまで研ぎ、土鍋に入れて炊き上げました。出来上がるまで『煮干し、鰹節、昆布』の出汁の味比べをし「こんぶとかつおぶしのだしおいしい」と味の違い、おいしさについて友だちや保育士等と共有していました。出来上がった出汁に味噌を使ったみそ汁と炊きあがったご飯をおにぎりにして食べると、「おいしい！」と新米おにぎりを堪能していましたよ！

### 【 お楽しみ 】

- ・クリスマス会に参加し、ベルで音楽を披露しよう！
- ・一年間の感謝の気持ちを込めてロッカーや部屋の大掃除をしよう！



## 4歳児

### 【 目標 】

- ・友だちと一緒に作ったり、一緒に考えたりすることの楽しさを味わう。
- ・秋から冬への変化を感じ、健康的な過ごし方を身に付ける。



運動会練習は保育士等の話をしっかり聞きメリハリを持って取り組んだり、ボール運びレースでは勝敗のつくゲームで、嬉しい・悔しい気持ちを知ったりと心が成長していったように感じます。運動会当日の子ども達は、お父さんお母さんに格好いい姿を見てもらおうと一生懸命な姿がみられましたね！

勤労感謝の日制作は、みんなで協力して作る消防車のちぎり絵をしました！「ここはいいよ！」「まどは、こんなかんじかな」等と友だちと一緒に考えながら、協力して作ることを楽しんでいました！

みんなで協力することや同じ遊びを一緒に楽しむことで、相手の思いを感じ取ったり言葉を選んだり、思いやりの気持ちを持てるよう、保育士等も間に入り関わり方等を伝えていこうと思います。

### 【 お楽しみ 】

- ・クリスマス制作で、振り子アートをやってみよう！
- ・箸の空け移しを通し、箸の持ち方を知ろう！
- ・クリスマスの飾りつけや年末に向けての大掃除をみんなでしよう！



### 3歳児



#### 【 目標 】

- ・ローラーや絵の具の使い方を知り制作を行う。
- ・年末年始の挨拶や過ごし方について知る。

運動会練習では、かけっこや障害物競争の練習を楽しんで行いました！ゴムの輪を両足ジャンプする一生懸命な姿がとても可愛らしく、当日は緊張しながらも全力で跳んでいましたね。いつもと違う広い場所での運動会。涙する友だちの姿もありましたが、最後まで頑張り、いい経験になったことと思います。

花王の手洗い指導では、来てくれた花王の方に「よろしくおねがいします！」と大きな声で挨拶をしたり、「正しく手を洗えるかな？」等の質問に対し「はい！」と大きい声で返事をしたりと、格好いい姿を見せてくれました。手洗い指導後にもらった手洗いシールを「かえったらやる！」とウキウキ気分になっていました。これからの季節、感染症等も流行ってきますので、お家でもぜひ一緒に手洗いの仕方を聞いてみてくださいね。

#### 【 お楽しみ 】

- ・クリスマス制作で、はじき絵を楽しもう！
- ・感謝の気持ちを込めて、ロッカーや部屋の大掃除をしよう！

### 2歳児



#### 【 目標 】

- ・気持ちを言葉で表して、友だちとの会話を楽しもう
- ・意欲的に排泄を行う

戸外で過ごしやすい気候になり、子どもたちはのびのびと好きな遊びを見つけて過ごしています。

11月の制作で双眼鏡を作り、実際に公園で探索活動を行いました。双眼鏡を覗いて雲の動きを観察したり、どんぐりを見つけると「茶色と緑がある！」、虫探しでは「ありさんって足いっぱいあるね！」など、いつもは意識していない細かい部分までよく観察し、たくさんの気づきが生まれていました。

お友だちとの関わりが増えた分、玩具の貸し借りも言葉で行う様子が見られるようになってきました。子ども同士で貸し借りが難しい場合は、その都度保育士等が寄り添い「一緒に貸してしてみようね」などと会話の仲介を行っています。少しずつお話が上手になってきた子どもたちとの会話をお家でも楽しんでみてください。

#### 【 お楽しみ 】

- ・クリスマス制作を楽しもう！
- ・集団遊び（むっくりくまさん、だるまさんが転んだ）を楽しもう。



## 1 歳児



### 【 目 標 】

- ・ 戸外、室内で体を十分に動かし健康に過ごす。
- ・ 遊びを通して保育士等と簡単な言葉のやり取りを楽しむ。



フィンガーペイントを行いました。袋の上から絵具を慎重に触り、「つめたい」と絵の具の感覚を楽しんだり、手を置いたことで出る模様に興味を持ったりしながら楽しんでいました。また、広がっていく絵具をじっと見つめ、画用紙いっぱい絵の具を広げようと集中して行う姿も見られましたよ。

公園では、どんぐりや落ち葉拾い等の探索遊びを沢山しました。自分の顔よりも大きい葉っぱを見つけると「おっきい！」と言いながら嬉しそうに保育士等に見せたり、どんぐりを両手いっぱい拾ったりしながら満足そうな表情を見せる可愛らしい姿もありました。

### 【 お楽しみ 】

- ・ クリスマス制作を楽しもう！
- ・ 散歩に行き、歩行を楽しもう！



## 0 歳児



### 【 目 標 】

- ・ 身近な人との言葉のやり取りや触れ合い遊びを行い、簡単な言葉や仕草で思いを表現する。
- ・ 暖かい日には戸外に出て、全身を使う遊びや探索遊びを楽しむ。

散歩先や園庭では探索遊びを楽しみました。どんぐりを見つけると、大事そうに手に持ったり、持っていたバケツやカップの中に入れて嬉しそうにしていました。

室内では大好きなシールを使い、きのこを作りました。一枚一枚自分で剥がす子や、保育士等に手伝ってもらいながら剥がし、貼る事を楽しんでいました。また、机上遊びのおもちゃも自分で選び、黙々と遊んでいます。新しいおもちゃも取り入れ、一生懸命穴の中におもちゃを入れて楽しんでいました。また、絵本等を通して、保育士等の言葉をオウム返ししたり、「あ！」「た！」と喃語や語尾で言葉を発し、言葉のやり取りを楽しんでいます。今後も遊びの中で簡単な言葉のやり取りも取り入れ、楽しめるようにしていきたいと思います。

### 【 お楽しみ 】

- ・ クリスマス制作を楽しもう！
- ・ 戸外での探索遊びを楽しもう！

## 12月予定



6日・20日(月)	…	0歳児健診	7日・16日(火・木)	…	異文化交流
10日(金)	…	スポーツ教室	9日・10日(木・金)	…	身体測定
14日(火)	…	避難訓練	15日(水)	…	誕生会
16日(木)	…	つき組クッキング(餃子づくり)			
24日(金)	…	クリスマス会	28日(火)	…	保育納め
1月4日(火)	…	保育始め			

## 感染性胃腸炎が流行り始めています

下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、石鹸での手洗い・うがいをきちんと行ってください。

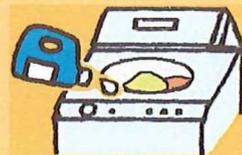


### 汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



便が緩い場合やすっぱい臭い場合には、ご自宅で様子を見ていただくようご協力お願いし

## インフルエンザのおはなし

「インフルエンザのワクチン打ちました!」と、たくさん聞く時期になりました。

インフルエンザは普通の風邪と違い、悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が見られます。

感染力が強く、周りに感染を広げてしまいます。また、インフルエンザ脳症などの合併症のリスクもあるため、疑いのある場合には早期に受診することが必要です。

診断されたら、登園停止となりますので、園にご連絡下さい。

また、登園停止期間については配布した別紙をご参照ください。保管していただき、もしインフルエンザに罹患した場合には日付を記入するなどしてご活用ください。

罹患しないことが一番ですので、園でも手洗いや咳エチケットなど感染予防に努めていきます。また、感染状況なども掲示していきます。



インフルエンザの登園停止期間は、

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後3日を経過するまで」

登園再開については医師の指示を仰ぎ、以下を参考にしてください。

## 食育だより



### ～冬野菜をたべよう～



冬に旬をむかえる“冬野菜”の特徴は、寒さで凍ることが無いように野菜の水分量を減らし、細胞に“糖”を蓄えるため、糖度の高い野菜が多いことです。また、冬野菜にはビタミン類やカロテンが豊富に含まれているものが多く、免疫力が向上し風邪予防にも効果があるといわれています。

体が芯から温まり、野菜の栄養が溶け出す煮物や鍋、スープなどの温かい料理をお家でも取り入れてみてください。

### ♪代表的な冬野菜の調理ポイント♪

#### 大根



ビタミンCが豊富に含まれています。葉にはビタミンAも含まれているので、炒め物やふりかけにするのがおすすめです。

#### ネギ



繊維に沿って切ると甘みが出て、断って切ると辛みや香りが引き立ちます。辛みは有効成分なので水にさらす時は長くても3分を限度にしましょう。

#### 白菜



芯は削ぎ切りにすると火が通りやすくなります。フタをして蒸すように調理すると甘みがでるのでおすすめです。



### ～冬至について～



冬至は、1年で最も昼の時間が短くなる日です。「一陽来復（いちようらいふく）の日」とも言います。冬が終わり春が来ることや、新年が来ること、また悪いことが続いた後で幸運に向かうことを意味します。冬至は太陽の力が一番弱まる日で、この日を境に再び力が蘇ってくるという意味合いを含んでいます。また、「ん」が2つつく食べ物を食べると健康になり、運が上昇すると言われています。

◆今年の冬至は12月22日です◆



南瓜：栄養豊富な南瓜を食べて、寒い冬を元気に乗り越える  
小豆：赤い色が、邪気払いになる  
冬至の朝に小豆粥を食べると1年病気をしないとも言われている  
ゆず：血行を促進し、風邪予防に良いとされている  
また、ゆず湯に浸かると邪気を払うとされる

#### 「ん」が2つつく食べ物

- |             |           |
|-------------|-----------|
| ①なんきん（かぼちゃ） | ⑤かんとん     |
| ②れんこん       | ⑥きんかん     |
| ③ぎんなん       | ⑦うどん（うどん） |
| ④にんじん       |           |

### ～先月の様子～



クッキング

豆苗収穫

青空ランチ

材料 (4人前)

- ・ペンネマカロニ
- ・白菜 40g
- ・人参 1/3本
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・ツナ 20g
- ・無塩バター 8g
- ・牛乳 60ml
- ・顆粒コンソメ 少々
- ・食塩 少々
- ・小麦粉 小さじ1
- ・サラダ油 適量

## 白菜とツナのクリームペンネ

作り方

- ① マカロニを茹でておく
- ② 白菜、人参は短冊切り、玉ねぎはスライスする
- ③ 鍋に油をひき、野菜、ツナを炒める
- ④ ③にバター、牛乳、コンソメ、塩を入れ調味する
- ⑤ 茹でたマカロニを入れてからめる
- ⑥ 牛乳が温まったら、小麦粉をふるいながら少しずつ入れ、とろみをつける



材料 (4人前)

☆

- ・米 2合
- ・卵 1個
- ・食塩 少々
- ・サラダ油 適量
- ・白菜 120g
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・人参 1/4本
- ・もやし 40g
- ・きくらげ 適量
- ・たけのこ (水煮) 40g
- ・チンゲン菜 1/2束
- ・生姜、にんにく 少々
- ・サラダ油 適量

## 野菜のあんかけ卵チャーハン



- ・水
- ・中華顆粒だし
- ・濃口醤油 小さじ1
- ・酒 小さじ1.5
- ・食塩 少々
- ・片栗粉 適量

作り方

- ① お米を炊いておく。☆の材料で炒り卵を作り、炊いたご飯に混ぜる
- ② きくらげを戻し、一口大に切る
- ③ 生姜、にんにくはみじん切りにする
- ④ 白菜、人参、たけのこは短冊切り、玉ねぎはスライスにする
- ⑤ チンゲン菜は2cmに切り、茹でておく
- ⑥ 鍋に油、③を入れ香りが立つまで炒め、野菜を炒める
- ⑦ ⑥に調味料を入れ調味し、片栗粉でとろみをつけ、茹でたチンゲン菜を入れる
- ⑧ ご飯の上に出来たあんをかけてできあがり

材料 (4人前)

☆

- ・薄力粉 60g
- ・強力粉 20g
- ・食塩 少々
- ・サラダ油 小さじ1
- ・ぬるま湯 大さじ3
- ・南瓜 120g
- ・砂糖 大さじ1
- ・濃口醤油 小さじ1
- ・食塩 少々

## 南瓜のおやき

郷土料理 (長野県) のメニューです♪

作り方

- ① 生地の材料 (☆) を合わせ、ぬるま湯を入れながら混ぜ合わせる。生地をひとまとめにして、冷蔵庫で30分寝かす
- ② 南瓜を蒸して潰しておく。潰した南瓜に調味料を合わせてあんを作る
- ③ ①の生地を1個40gに分割し丸く伸ばす
- ④ 生地に②のあんを30g入れて包む
- ⑤ 蒸し器で10分ほど蒸す

