



にこにこだより

令和3年10月

社会福祉法人東京児童協会 船堀中央保育園

〒134-0091 江戸川区船堀 2-23-10

TEL 3680-1441 FAX 3680-1618

園長 菊地 真琴

～ 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てていこうという思いを込めています。

爽やかな風が吹くようになり、めっきり秋めいてまいりました。八百屋さんやスーパーの店頭には、秋の恵みのおいしそうな野菜や果物が並び、今日は何にしようかと悩んでしまうほどです。保育園では、この季節になると毎年、園庭の「実のなる木」が話題に上ります。去年は栗が落ちて実が小さく、実が入っていないね……。と話をしていましたが、今年は栗とプルーンと無花果（いちぢく）は実がたくさんなり、栗は久しぶりに立派な実をつけています。栄養士も去年は2個しかいい栗が収穫できなかったのに……。とさみしく感じていたからこそ、今年は献立の栗ご飯に園庭の栗も入れ子ども達に食べてもらいたいと嬉しそうに話をしてくれています。蜜柑（みかん）と柘榴（ざくろ）は去年に引き続いて、たわわに実り子ども達と一緒に収穫の日を待ち遠しく見上げています。

今、コロナ感染予防で保育参加も出来ず、保護者の皆様には実際に見てもらえる事も少なくなってしまいさみしく思いますが、園庭の実がたくさん実ってくれる事で自然の恵みに感謝するとともに心が温かくなります。

さて、先日親子ハイクの中止のお知らせをいたしました。9月末で緊急事態宣言も解除されますが、子ども達や、保護者の皆様の事を考え悩み悩んだ末、判断致しました。正直どんなに気を付けていたとしても、もう誰が感染してもおかしくない状況です。近隣の保育園での集団感染した園長先生方と情報交換をしても、保育園も大変ですが何よりも保護者の皆様のご苦勞や心勞、そして今後の行事の実施計画を考え、親子ハイクは今回中止と致しました。ご了承ください。

変異株は低年齢の子どもにも感染するという事で、日中の換気はもちろん、昼の消毒清掃では、各部屋の壁から玄関、水槽、テーブル、手すりなども徹底的に消毒をしています。また、11月までは職員のPCR検査を2週間に1度全員実施、無症状で勤務することがないよう子ども達の安全と職員同士が陰性で安心して働けるように整えました。なるべくできる事は努力したいと考えました。今後も保護者の皆様と共に感染を最小限にとどめていければと思っています。どうぞ、よろしくお願い致します。

第三者評価アンケートご協力をお願い

今年度も第三者評価を受審していきます。10月19日より各家庭アンケートを配布させていただきますのでご協力をお願い致します。詳細は掲示にてお知らせ致します。



☆父母の会コーナー☆

9月末でようやく緊急事態宣言も解除の見込みで、少しずつ従来の生活に戻りつつありますが、デルタ株は子どもにも感染し、重症化もしますので、今後も『うがい手洗い・マスク着用・三密回避』を徹底し、コロナ感染防止を続けていきましょう。

まず、先日、実施しました「夏祭りアンケート」に関しまして、約半数のご家庭からご回答をいただきありがとうございます。アンケート結果について役員会でも報告させていただきましたが、多くの保護者の方々より、コロナ禍での夏祭り開催に感謝の言葉を頂戴し、役員一同、喜んでおります。特に、時間を区切った『クラス別開催』については、コロナ感染対策面は勿論ですが、現状、対面形式での保護者会や保育参加などが無い中、クラスの子供や保護者とコミュニケーションをとれたことや、混雑せずにゆっくりと回れたとの好意的なコメントが殆どでした。そのため、次年度に関しましても、同様の開催方法で実施できればと考えております。

さて、先日、Kindyでの通知もございましたが、残念ながら今年度の『親子ハイク』は中止となりました。本件に関して、事前に菊地園長先生から私に相談がございましたが、『親子ハイク』は運動会や大きくなった会などの成果発表会ではなく、且つ、コロナ感染の危険性のある大型施設に敢えて集団で訪問するリスクに鑑みると、私としても了承いたしました。ご理解のほど、宜しくお願い申し上げます。

最後に、上述の通り、親子ハイクが中止になったため、現在、父母の会・役員会で子どもたちへ何かしらのプレゼント等で還元できればと考えておりますので、楽しみにお待ちしております。



☆10月の行事予定☆

7・21日	0歳児健診	5日	身体測定(3・4・5歳)	6日	身体測定(0・1・2歳)
12日	避難訓練	20日	体育指導(3・4・5歳)		
22日	スポーツプロジェクト「カバディ」(5歳)	25日	造形(5歳)		

*異文化交流(3・4・5歳)は日程調整中の為、決まり次第Kindyにてお知らせ致します。

*先日Kindy保護者連絡でもお知らせしております16日(土)親子ハイクは感染症予防の為中止とさせていただきます。





10月の保育



- <目標>
- ・身振りや喃語で保育者に思いを伝え、受け止めてもらい安心して過ごす。
 - ・園庭に出て秋の自然を感じ、様々な発見を保育者と一緒に楽しむ。

<先月の姿>

足形を取りトンボの制作をしています。保育者が「何色にしようか？」と赤、青、黄、緑の4色の絵の具を見せると「んっ！」や「うー！」と声を発したり、指を差したりして色を選んでいました。画用紙にペタンと足形を取ると嬉しそうな笑顔を見せてくれています。

室内では、大型マットやキャンディクッションを組み合わせ坂を作りハイハイで上ったり、トンネルをくぐったりとニコニコしながら身体を沢山動かしています。また、園庭では靴を履いて保育者と手を繋いで歩き、葉っぱや木の幹等の自然に触れています。砂場では、保育者がカップや型抜きに砂を入れて形を作ると指差しをして発見を楽しんでいました。

<お楽しみ>

- ・手遊びや大型絵本を通して保育者の模倣を楽しもう。
- ・園庭に出てトンネルくぐりや滑り台をして身体を動かそう。



- <目標>
- ・戸外活動を通して身近な秋の自然に触れる事を楽しむ。
 - ・保育者の援助により身の回りの事を進んで行おうとし、自分で出来る喜びを感じる。

<先月の子どもの姿>

1歳児クラスでの生活も半年経ち、保育者に身の回りの事を援助して貰っていた子ども達も、“じぶんでやりたい！”という思いが強くなり「じぶんではいるの」と靴を履いたり、ズボンの穴に足を通したりと挑戦する姿が多く見られ、自分で出来る事が増えてきました。制作では、きのこのかさの部分に丸シールを貼り模様を付け、柄の部分には「おめめ～おくち～」と顔を付けました。完成したものを保育室に飾ると「〇〇ちゃんのあった！」「かわいい」とお友達と作品を眺める姿が見られました。

<お楽しみ>

- ・季節の制作（もみじ）を楽しもう！
- ・園庭や散歩先で、秋の自然に触れよう！



- <目標>
- ・必要に応じて保育者に手伝ってもらいながら、身の回りの事を自分で行おうとする。
 - ・戸外やホールのフリースペースで身体を動かし、運動遊びを楽しむ。
 - ・(先月に引き続き) 個々に合わせて食具の持ち方を身に付けていく。

<先月の子どもの姿>

過ごしやすい気温になってきており、戸外での活動が増えており園庭に出るとカタツムリやカメムシを発見し、「みてみて、みつけたよ」とお友達と一緒に観察をしています。また、むっくりくまさん等のルールのある遊びを少人数ずつ伝えていくと、少しずつルールを理解しながら遊ぶ様子が見られています。制作では、紙皿を月に見立てて絵の具で色を付けました。保育者が持ち方を伝えると真剣な表情で聞き、慎重に持つひよこ組。塗っていくうちに「これ、かきかきたのしいね」とお友達との会話も楽しみながら可愛い作品が完成し、保育室に飾ると嬉しそうに見ていました。

<お楽しみ>

- ・糊やクレヨンを使ってジャック・オー・ランタンの制作を楽しもう。
- ・戸外で秋ならではの自然物に触れて遊ぼう。



- <目標>
- ・季節の移り変わりを感じ、気候に応じた衣服の調節をしよう。
 - ・秋の自然の発見を楽しもう。
 - ・戸外で身体を動かして遊ぶ事を楽しもう。



<子ども達の目標>

- ・お友達と仲良く遊ぼう。



○花組

幼児クラスになり新園舎での生活も半年経ち様々な事が出来る様になってきた花組。月曜日や金曜日の布団の付け外しも始めは「できない」と保育者や年上児に手伝ってもらっていましたが今では「できるよ！みててね！」と自信を持って行っています。自由遊びの時間には、『鬼ごっこ』や『むっくりくまさん』、『椅子取りゲーム』等少しずつルールのある遊びを友達と一緒に楽しむ姿が増えてきました。「これはこうやってやるんだよ！」と友達同士ルールを確認し合いながら楽しんでいます。

○星組

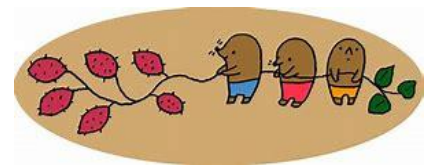
天候の良い日にボディペインティングを行いました。屋上一面に画用紙と絵の具が置いてある様子を発見すると「すごいね！」と大喜びの星組。赤、青、水色、黄色…様々な色が混ざり合う様子を楽しんだり、顔や体に絵の具を付け「つめたいね！」等と感触を楽しんだりしました。また制作コーナーでは、切り紙、塗り絵、糊貼りに夢中で取り組んでいます。友達同士話し合いをしながら「つぎは〇〇つくろう！」と様々な作品作りに挑戦しています。最近では、使い終わった道具の片付けや机の上の掃除も最後まで頑張っています。

○月組

プール納めを行いました。最後に皆で大きいプールに入り、友達同士水の掛け合いを行ったり、プールの中を走り流れるプールを作って遊んだりしました。遊んだ後は、「つぎのおともだちのためにきれいにしないと！」と話しながら、プール掃除のお手伝いもしてくれました。造形活動では、リモートで講師の杉山先生と一緒に、“糸引きアート”を行いました。糸に絵の具を付け、画用紙の間に糸を挟み、「1, 2, 3」の合図と共に糸を引っ張ると、綺麗な模様が画用紙に付き、「すごいね！」と嬉しそうな月組でした。

<お楽しみ>

- ・園庭や屋上で秋の自然を発見しよう！
- ・秋空ランチを楽しもう！
- ・運動会ごっこを楽しもう！（月組）



【保健】 全国的にやっとコロナ第5波の感染者数も減少して来ました。戸外遊びに適した秋は、体力もぐんと伸びる時期です。限られた環境で工夫しながら健康な体を育てていきましょう。

10月10日は目の愛護デー

～目をたいせつに～

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子どもの目がもっとも育つ時期。この機会に、子どもの「目」の健康をあらためて見直してみましょう。

□明るさ、暗さのメリハリある生活を

日中は光を浴び、夜は暗くして眠る。
全身運動は眼球、視神経、脳の発達を促す。

□いろいろなものを見る体験を

止まっているもの動いているもの、小さなもの大きいもの、遠くにあるもの近くにあるものなど、いろいろなものを見る体験が、目によい刺激になる。

□テレビやゲームは、時間を決めて

テレビは正面から見る。いつも横目で見ていると、視力に左右差が出ることもあります。携帯ゲームなど狭い範囲の平面画像を見続けることは、目の負担になるので、乳幼児は避ける。

※月組、星組は10月中旬より簡易視力検査を行います。参考にしてください。



食育だより

～10月10日『目の愛護デー』～



10月10日は、数字を横にすると目と眉の形に見えることから、『目の愛護デー』とされています。最近では、テレビやパソコン、スマートフォンなどのデジタル機器を使用する時間が増え、知らぬ間に目には大きな負担がかかっています。目の健康を守るためには十分な睡眠と食事が大切です。園では目に良い食材を取り入れた献立を提供していきます。

♪目に良い食材のポイント♪

β-カロテン



体内でビタミンAとなり、目の粘膜を強くし、疲れや乾燥を防ぎます。

【多く含まれる食材】

ほうれん草、人参などの緑黄色野菜

アントシアニン



眼精疲労を回復し、視力を改善する働きがあります。

【多く含まれる食材】

ブルーベリー、茄子 など

DHA



視神経や網膜を作る材料となって血行を良くし、視覚機能の改善を助けます。

【多く含まれる食材】

鰯、鯖などの青魚



～秋野菜を食べよう～



10月の目標は「秋野菜を食べよう」です。秋に旬を迎える野菜には、10月のテーマ野菜の「さつまいも」をはじめとしたいも類やきのこ類、根菜類があります。秋野菜は夏野菜に比べ水分が少ないものが多く、加熱すると甘みが増すのでスープや鍋料理に向いています。ぜひこれからの時期に美味しくなる秋野菜を食事に取り入れ、天気や気温の変化に対応できる体を作りましょう。

里いも



里いもはカリウムや食物繊維を多く含んでいます。里いものぬめりを落としたい場合は塩でもんでから下茹ですると消えますが、栄養素も一緒に流れてしまうので落とすぎないようにしましょう。

にんじん



人参に含まれるβ-カロテンは皮のすぐ内側に多いので、皮を薄くむくか、皮ごと調理した方が効果的です。また、β-カロテンは脂溶性ビタミンなので油と一緒に調理するのがおすすめです。

まいたけ



まいたけの栄養素は水溶性で煮汁に溶け出してしまうので、鍋物や炊き込みご飯にするのがおすすめです。また加熱しすぎず手早く調理することで風味や歯ごたえを活かすことができます。

～今月のおすすめレシピ～【鶏肉と茄子のみぞれ煮】

【●分量（3人分）】

- ・鶏もも肉：150g
- ・片栗粉：小さじ2
- ・サラダ油：大さじ3
- ・茄子：100g
- ・人参：50g
- ・大根：50g
- ・オクラ：10g
- ★合わせ調味料
- ・かつお出汁：250cc
- ・濃口醤油：大さじ1
- ・料理酒：大さじ1
- ・みりん：大さじ1

●作り方

- ① 鶏肉を3cm角に切り、塩・胡椒（分量外）して下味をつける。
 - ② ★を小鍋で合わせ、大根おろしと一緒に煮る。煮立ったら、火を止め粗熱を取っておく。人参、オクラを下茹でし、②の小鍋に合わせておく。
 - ③ 茄子を乱切りにし、素揚げをする。鶏肉も中まで火が通る様に揚げる。
 - ④ ②に揚げた茄子、鶏肉も入れ、15分程漬ける。味が染みたら完成！
- ※冷やしても美味しいです♪

味が良く染みて、
苦手な茄子も良く
食べていました！

