



藤の里だより

2023年6月30日

(社福)大阪水上隣保館

認定こども園藤の里保育園

突然の質問です。みなさんはどんな家に住みたいですか？お金のことは気にせず、2～3分考えてみてください。お子さんや家族の方々にもきいて、お話してみてください。

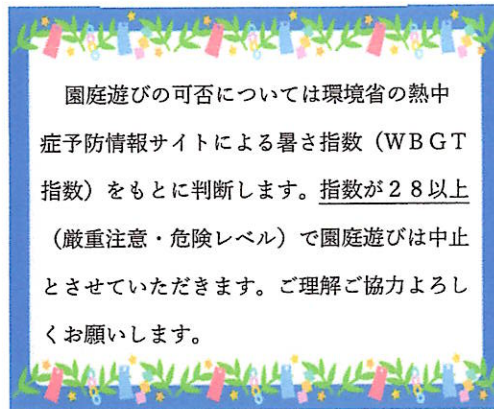
実は先月の幼児会議で、先生たちにこのような質問を投げかけてみました。どんな職場でも、会議中はときに重い空気が漂いがちですが、この質問に対するやり取りが行われている間は、和やかで楽しい雰囲気でした。そして先生たちの新たな一面を垣間見ることもできました。これぞサークルタイム！！

これは実際にサークルタイムで担任が子どもへした質問です。普段から先生たちはこうやって子どもたちからイキイキとした姿を引き出し、対話を楽しみ、新たな発見をしたりして、子どもの理解に努め、楽しいクラス作りに励んでいます。大人も子どももワクワクできた、6月のピラミードのテーマの【家】ってスゴイ！保育参観でもこうしたやり取りを観て、当園の保育を感じていただければうれしく思います。良ければみなさんの職場でもやってみてください！（木村）

お知らせ

【7月行事予定表】

日	曜日	行事
3	月	English(ほし) 乳児組保育参観・個人懇談開始(28日まで)
4	火	プール開き
6	木	幼児たいいく
7	金	七夕まつり
10	月	English(にじ)
13	木	幼児たいいく
20	木	幼児たいいく
22	土	デイキャンプ(5歳児)
24	月	English(そら)
27	木	幼児たいいく
29	土	デイキャンプ予備日



今月の1枚(ひよこ組)

【8月行事予定表】

日	曜日	行事
3	木	幼児たいいく
7	月	English
14	月	保育協力日
15	火	保育協力日
21	月	English
22	火	夏まつり
24	木	幼児たいいく
28	月	English
29	火	ボディペインティング(5歳児)
31	木	幼児たいいく



こちら園長室です

歯科検診から見たこと

当園は「遊びが学び」と捉え、遊びながらさまざまな力を養う保育を実践しています。日ごろの生活、行事も同様です。何かを経験することで、子どもたちは心を動かされ、考えながら今まで知らなかったことを知り、それがさまざまな力になっていきます。

今回は、先日の歯科検診から見た子どもたちの育ちについてお伝えしたいと思います。

1・2歳児は「何が起ころのかわからない」恐怖から泣く子どもが数名いたものの多くの子どもは担任に向かい合わせに抱っこされ、そのまま三間先生(歯科医)のお膝に仰向けに寝ころがり口を開けていました。みんな、「すごい！」ですね。何をされるのかわからない恐怖より、抱っこされている安心感の方が強いのでしょうか。2歳児は自分が受診した後は待つ場所で待っていましたし、3・4・5歳児は、順番に並び、検診を受け、みんなが終わるまで指定された場所で静かに待っていました。先生の指示に従い「検診中は静かにすること。並んで順番に受けること。終わったら決められた場所で待つこと」。子どもたちは歯科検診について理解し、これらの約束を守ることができていました。道徳性、社会生活との関わり、共同性、言葉による伝えあい、これらの力が育っています。



★食育だより★

2023年度 7月号
社会福祉法人大阪水上隣保館 認定こども園 藤の里保育園
栄養士 松下 美佳

この夏 子どもたちには体調を崩さず、たくさんの思い出を作って欲しいと思います。
そのためにも気をつけてあげたいのは、暑さに負けない体づくりです！

夏バテ バイバイ栄養素

夏バテは、栄養素が不足するために起こります。特に夏バテに効果がある栄養素は「ビタミンB1」。暑さによる食欲減退・水分の摂りすぎることによって消化吸収が悪くなります。口当たりの良いそうめんや炭水化物の多い食べ物ばかり食べていると、これらを体内でエネルギーに変えるためにビタミンB1 がどんどん使われてしまい、食欲減退や倦怠感を招きます。ビタミンB1 は、豚肉やうなぎに多く含まれているので、意識して食べるようにしましょう！

穀類の中でも、精製していないものにはビタミンが多く含まれます！（米であれば玄米・小麦類であれば全粒粉）
お家でも白ごはんに玄米を混ぜるなど工夫してみても良いですね！

夏野菜と豚肉の炒め物（大人2人分）

材料 ピーマン 3個 だしの素 小さじ1
なす 2本（醤油 少々）
豚肉 100g

ビタミンB1が豊富な「豚肉」の簡単レシピ

- 1、なす・ピーマン・豚肉を食べやすい大きさに切る。
- 2、フライパンを温めて油をひき、豚肉を炒める。
- 3、豚肉が炒まったら、なす・ピーマンを加えて炒める。
- 4、野菜がしんなりしたら、だしの素を入れて完成！
（味をみて足りなければ、しょうゆで調節）



カレー粉・味噌などを加えてアレンジできます♪

とは言っても、体調が悪くなってしまうこともあります…

高熱が続いていたあと、嘔吐・下痢が落ち着いたあとなどの弱った胃腸・体には、油もの・香辛料・食物繊維の多い食品はなるべく避けて胃の負担が少ない消化しやすいものを食べるようにします。

…例えばこんな食品たち…お粥（軟飯）・くたくたに煮たうどん・豆腐・卵・鶏ささみ・白身魚・かぶら・かぼちゃ など（ツルっとのどごしの良い麺類も、しっかり噛めなければ丸のみの原因になってしまうので注意が必要です！）

…食べ方・調理法…冷たすぎず・熱すぎない・できるだけ小さく切る（すりつぶす）・柔らかく煮る など

食への興味・関心が大爆発中です!!!

幼児クラスに食事風景を見に行くと多くの子どもたちが『きょうのごはんめっちゃおいしーい!』『ぐー!』『かれーだいすきやねん!』『みて! おさらびっかぴかやで!』『ここあけーきさいこーう!』などと次々に声を掛けてくれます!

そのとき話題にあがった献立をどのようにして作ったのか話し出すと…食べる手が止まってしまうほどにみんな目をまん丸にして聞き入っています♪ 先日のれんこんハンバーグの日には「よく噛むと、れんこんのシャキシャキした音が聞こえるよ! 口の中でシャキシャキ音がしたら教えてね!」と話すとお腹いっぱい噛んで『ほんまや! シャキシャキおとがした!』『いっぱい噛んだらおいしいで!』と大興奮です! 苦手な野菜をこんな風にして食べる姿を見ていると声掛けがいかに大切か…食育のあり方を改めて考えさせられた瞬間でした。

かしこい水分補給の仕方

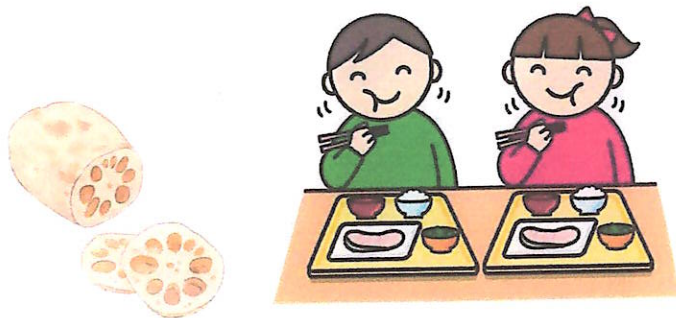
これからの気温の高い季節はいつも以上に気をつけ、上手に水分補給をして脱水を予防しましょう。のどの渇きを感じたときは、脱水が始まっています! 小さな子どもは大人が意識して声をかけ飲ませてあげることが大切です。ただし、アクエリアス・ポカリスエットなどの清涼飲料水には驚くほど糖分が含まれているため注意が必要です。普段の水分補給は水かお茶を基本とし、汗をたくさんかいたときなどは、イオン飲料で水分と汗で失われたナトリウムなどのミネラルを補給しましょう。2歳くらいまでのお子さんには半分の濃度に薄める・赤ちゃん用のものに変えることをお勧めします!

1日に必要な水分量

新生児 50~120ml/kg
乳児: 120~150ml/kg
幼児: 90~100ml/kg
学童: 60~80ml/kg
成人: 35ml/kg



ただし、食べ物で摂れる水分もあるので、飲み物から摂取する割合としては6割程度でよいとされています!



7月30日(土)は土用の丑の日

先ほどもお伝えした夏バテ予防に最適な「うなぎ」

この夏の土用の丑の日は7月30日です。暑さの厳しい夏をうなぎで精を付けて乗り切りましょう!





ひよこぐみ通信

2023年度 7月号

七月に入り暑さが一段と増してきました。本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。蒸し暑い日が続く中、登園してくる子どもたちの笑顔に元気をもらっている毎日です。夏バテしやすい時期ですが、生活のリズムを整えながら元気に乗り越えていけるよう体調管理に気を配っていきたいと思っています。

今月のねらい

- ★安定した生活リズムで健康に過ごす。
- ★水遊びや沐浴で水に触れることを楽しむ。



たなばた ☆彡

7月7日の七夕に向けてひよこ組では初めての製作を行いました。誕生日を迎えたお友だちとまだのお友だちに分かれて、手型や足型を取り、笹飾りを作りました。絵の具を塗ると少し顔をしかめる子、手を摺り合わせて感触を楽しむ子、画用紙に色が付くのを不思議そうに見つめる子、と反応は様々でしたが、初めての体験を楽しんでくれたのでは…と思っています。生まれて初めての七夕にどんなお願い事をされるのでしょうか(*^*)七夕の夜にはきれいな天の川が見られると良いですね。いろいろな感覚を遊びを通して経験してもらい楽しむ中で、子どもたちの大切な五感を一緒に育んでいきたいと思っています。



お誕生日おめでとう(^-^)/

入園して早三か月。1歳のお誕生を迎えるお友だちができています。クラスでもお誕生のお祝いをしています。おめでとうの意味はまだ難しいかもしれませんが、お祝いの歌や拍手に笑顔を見せてくれたり、一緒に手を叩いてくれたり、歌に合わせて体を揺らしたりとたくさんの表情を見せてくれています。嬉しいという気持ちはしっかり伝わってきますね。生まれて初めてのお誕生日(^-) そんな大事な日を一緒にお祝いできることを担任みんな幸せに感じています。みんなが持っている特別な日。いつまでも大切な宝物ですね。

保育参加・個人懇談が始まります

日頃の園での様子を見て頂いたり、お家での様子を聞かせてもらえたらと思っています。短い時間ではありますが、宜しくお願いします。 (高森)



いよいよ夏本番ですね。蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは暑さに負けず元気に遊んでいます。汗をいっぱいかきながらも室内や戸外で色々な遊びを楽しんでいます。

この時期特有の感染症や熱中症対策など、子どもたちの健康管理、安全対策には十分気を付けながら元気に過ごしていきたいと思っています。

今月のねらい

- ・水あそびなど夏ならではの遊びを楽しむ。
- ・水分補給や休養を十分に行い、健康に過ごす。



お外って楽しいね♪

蒸し暑くなってきたこの季節、冷たい水に興味津々な子どもたち。水道の蛇口から、ぽたぽたと落ちる水滴をつんつんと触ったり、円形のカップやおもちゃのフライパンやバケツに水を溜めてみるなど、子どもたちがそれぞれの遊び方で楽しんでいる様子が見られます。

また、園庭で早く遊びたいという思いで、靴を自分で履こうと頑張っている子どもたち…この子どもたちの「自分でやりたい!」という気持ちを大事にしていきたいと思います。これから、どんどん自分でできることが増えていく子どもたちの成長を近くで見守れることがとても楽しみです。(上原)



ダンゴムシ探し!!

みんなで水あそび!!



登るぞ!

七夕製作したよ☆



七夕の製作をおこないました。ペンと画用紙を机の上に置くと、各自好きな色のペンを持って自由に好きな形を描いて、「おおー!」と楽しそうな子どもたちでした!描いた絵に「これはなにをかいたのー?」と聞くと、「アンパンマン!」と答える子どもや、「バナナー!」と答える子どもの姿が見られました。



ぐるぐる
楽しいな

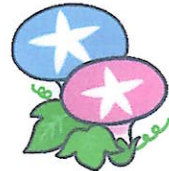


きりんぐみ通信

蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは汗をかきながらも夢中になって色々な遊びを楽しんでいます。今月からは水遊びが始まります。水分補給や休息の時間を設けたりしながら元気いっぱい思う存分に楽しみながら過ごしていきたいと思います。

今月のねらい

- 水の感触を楽しみながら、夏ならではの遊びを十分に楽しむ。
- 身の回りの事を自分でしようとし、自分で出来た喜びを味わう。



どんなかたちに
なまなかたな?



こまなかに
てきた!!

「雨の日のあそび」

「あじさいスタンプ♪」

園庭に咲いているあじさいを見て「このおはななに?」「おはなのおおきいね」と興味津々な子どもたち。雨の日にはあじさいを摘んできて、あじさいを見ながらスタンプ遊びをしました! きりんぐみさんもだんだんと手先が器用になってきたので、小さいスタンプでも指先で上手に搦んで画用紙にポンポン…♪

スタンプを押す力加減で模様が変わる事にも気づき、「ぎゅーっとおしてみる!」「やさしくポンポンっておしてみる!」と色々な力加減で個性豊かな綺麗なあじさいがたくさん咲きました!

粘土遊び♪

粘土遊びでは、コロコロと転がしてへびのような物を作ったり、丸めた粘土をつなげて「ゆきだるま作ったよ!」「これはアイス!」と何かに見立てながら作ったり、創造力が豊かな子どもたちの作品は見ていると楽しいです♪



ブロック遊び☆

ブロック遊びでは様々な種類のブロックで遊んでいます。上に高く積み上げたり、恐竜やお家、消防車やバイクなどブロックを組み合わせたりしながら思い思いの作品を作り、「ここがタイヤ!」「恐竜のおくちはおおきいねん!」と一生懸命教えてくれる子どもたちがかわいいです♡(中村)



おねがい

水に浸かり皮膚がふやけると、いつも以上に傷がつきやすくなります。手足の爪が伸びていないかチェックをお願いします。



そらホーム通信

今年もあっという間に半年が経ちましたね。じめじめとした季節が終われば、子どもたちが大好きな夏がやってきます☀️今年はややくプールに入れる日も多くなったので、そらホームの子どもたちと元気いっぱい楽しい夏を過ごしたいと思います🌸

今月のねらい

- 3歳児⇒・こまめに水分補給を行い楽しく外遊びを行う。・友だちや保育教諭と一緒にプールや水遊びを楽しむ。
- 4歳児⇒・保育教諭や友だちと水遊びを楽しむ。・遊具や遊びのルールが分かり、守ろうとする。
- 5歳児⇒・休息・水分補給をこまめに取りながら外遊びを楽しむ。・身近にある水の大切さ心地よさを危険な無いよう約束を守って楽しむ。



6月のテーマ【家】

6月のテーマ『家』に取り組む子どもたちの様子をご紹介します🌸今月のサークルタイムでは子どもたちに自分の家について沢山話をしてもらいました。一軒家だったりマンションだったり、屋根や壁はこんな色でドアはこんな形！と子どもたちも改めて意識して見てきてくれたであろう自分の家のことを身振り手振りを付けながら一生懸命伝えてくれました。ある日のサークルタイムで一人の子どもが「そらホームも家みたいやんな。お風呂ないけど部屋にご飯食べるテーブルあるしトイレあるし」と発言し、その言葉にみんなが確かに！👏と納得。そこからそらホームにお風呂を作ってみんなの家にしよという話になりました。

そらホームの部屋を『家』にバージョンアップする計画が決まってからお散歩に行つて園周辺にある家を実際に見て周ったり、サークルタイムで子どもたちの家の【部屋】がどんな風になっているのか発表してもらいました。とっても詳しく話してくれた子どもたちは自分の家とお友だちの家の違いにも気付き関心を持っていました。そこから子どもたちは、こんなんやったかな？こうなってたで！と様々な資材を使って試行錯誤しながらそらホームの部屋にお風呂場と寝室を作り、みんなでごっこ遊びを楽しみました🏠



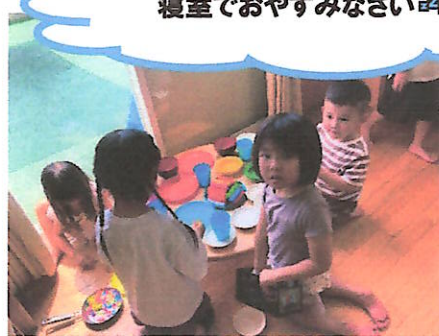
お化粧楽しいな



寝室でおやすみなさい🌙



みんなで作ったお風呂🛀



アゲハ蝶の羽化する瞬間を見たよ！

そらホームでは沢山のアゲハ蝶の幼虫を羽化させ自然にかえしてきましたが、1匹だけリアルタイムで羽化する瞬間を子どもたちと見る事が出来ました🦋1時間半…子どもたちと粘った甲斐がある感動の瞬間でした🌸





ほしホーム通信



2023年7月号

いよいよ夏本番ですね。蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは汗をいっぱいかきながらも夢中になって色々な遊びを楽しんでいます。子どもたちの体調管理に気をつけながら、この季節ならではの遊びを楽しんで過ごしていきたいと思います！！

☆今月の育ちへのねがい☆

3歳児:こまめに水分補給を行い楽しく外遊びを行う。

友だちや保育教諭と一緒にプールや水遊びを楽しむ。

4歳児:保育教諭や友だちと水遊びを楽しむ。

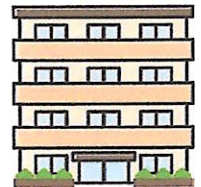
遊具や遊びのルールが分かり、守ろうとする。

5歳児:休息・水分補給をこまめに取りながら外遊びを楽しむ。

身近にある水の大切さ心地よさを危険の無いよう約束を守って楽しむ。



6月のテーマは【家】



～子どもたちの取り組む様子を写真と共にご紹介します～

サークルタイムで、「みんなのお家ってどんな形？」とマンションや一戸建ての写真を見せながら聞いてみると「僕の家はマンション！」「3階に住んでるで！」など意見が出る中で、「屋根の形が違う！」「私の家は白い家！」とそれぞれの家の形や色の違いを教えてくださいました。保育園の周りにはどんな家の形があるだろう？とみんなでお散歩に行き実際に見てきました！バディーと手を繋ぎながら「あ！ここのお家は7階まであるで！」「こっちは屋根が三角や！」と周りをきよろきよろ見ながら進んでいくと、「うわ！めっちゃ綺麗！」と驚く声に「どうしたどうした？」とみんなで見ると…表札が波の様な柄になっていて「ほんまや～」「めっちゃかっこいいなあ」と色々な発見をすることができました😊

他にも、家の塗り絵をしながら「家の中にはキッチンがあって～」や「ベッドの上にぬいぐるみを置いてるねん！」と子どもたち同士で話をしながら今月のテーマを楽しんでいましたよ！！（園中）



～七夕の製作～

「織姫様と彦星様会えるといいなあ」と願いながら七夕の製作をおこないました☆

コーヒーフィルターに水性マジックで服の柄を描き、魔法の水で霧吹きすると…色が広がり素敵な服が完成しました！

「いい感じ！」「上手に出来た！」と嬉しそうな子どもたちでした✧





にじホーム通信

2023年度

7月号

どんよりした雲を吹き飛ばすほどの笑い声が園内に響き渡る毎日です★
梅雨はまだ続いています、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれますね。
今月も体調の変化や水分補給に配慮しながら楽しんで過ごしたいと思います！

★今月のねらい★

- 3歳：
 - ・こまめに水分補給を行い楽しく外遊びを行う。
 - ・友だちや保育教諭と一緒にプールや水遊びを楽しむ。
- 4歳：
 - ・保育教諭や友だちと水遊びを楽しむ。
 - ・遊具や遊びのルールが分かり、守ろうとする。
- 5歳：
 - ・休息・水分補給をこまめに取りながら外遊びを楽しむ。
 - ・身近にある水の大切さ心地よさを危険の無いよう約束を守って楽しむ。



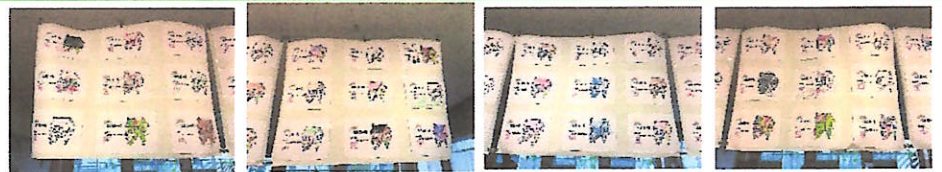
☆散歩に行ったよ☆

6月のテーマは【家】。サークルタイムでは、「みんなの家はどんな形？」という話題から入り、「おっきいおうち！」という声や「マンションやねん！」という意見が出ました！また、「みんなの家の屋根やドア、壁の色は何色？」と聞くと「赤！」「茶色！」「黄色と水色！」など様々でしたよ。

そこで実際に家を見に行くために、子どもたちと一緒に散歩に行きました！出発前から「どんな家があるのかな？楽しみ！」との声がたくさんあり、いざ出発！早速家を見つけると「うわ！これおっきい家やな！」と大興奮の子どもたち☆「あ！これ私の家！」「これは僕の家やで！」と自分の家を友だちに紹介する子どももいましたよ(^)また「うわ！金色や！」という声があり、「なになに？」とみんなで見るとドアノブの色に注目する子どもがいて、びっくり！たくさんの発見を子どもたちから知ることができました☆

そこから【みんなはどんな家に住みたい？】を中心に、たくさん【家】のテーマに触れることができました☆

家のクイズをしたよ



散歩で家の外観にたくさん触れることができたので、次は家の中について子どもたちとサークルタイムで話し合いました！キッチンやリビング、お風呂場や洗面所など大きな部屋から入り、「キッチンには何があるかな？」「洗面所には何があるのかな？」とみんなで考えました。実際にホワイトボードと写真を使いながら、ある物とない物を子どもたちにクイズ！「洗面所には何があるかな？」と聞かされると「これ！」と洗面所にありそうな物の写真カードを持って来る子どもたち☆「これはみんなの洗面所にある？」と聞くと「あるー！」と教えてくれました！中には、「でも僕の家にはこれ、ないよ」「これ洗面所にない！」と子どもによって様々な意見が出てきて面白かったです😊

テーマの【家】について、それぞれの家の違いや実際に散歩に行き目で見て気づくことがあり、子どもたちの発見をたくさん共有することができました！

(瀧野)

