

# えんだより

2012年  
2月号



シャローム三育保育園  
NO. 71

寒さ未だ厳しい折ですが、風邪など召されていませんか。  
気温差で体調管理が大変です。でも、子どもたちは元気いっぱい遊んでいます。  
インフルエンザが流行っています。手洗い・うがいをまめに行なって予防をしてください。

園長 曾我 比香子

## 思いやり保育

NO.8

心温まる本を紹介いたします。

「たんぽぽのくつ」 文 ひろい れいこ

元気いっぱいのおぼあさんハルさん、町のみんなは、ハルさんが大好きです。ところがハルさんが元気がありません。「歩くと足が痛いの！」ハルさんのくつは擦り切れていたのだから歩くと痛いようです。そんなハルさんのために町のみんなが素敵な方法でくつをプレゼントしました。

「たんぽぽのくつ」をコピーしました。読み聞かせてあげてください。



## 今月の予定

日	月	火	水	木	金	土
			1	2 英語教室	3 節分祭 集金袋配布	4
5	6 礼拝	7 体操教室	8 身体測定 二ツ橋小交流会 (くま組)	9	10	11 建国記念日
12	13 礼拝	14 体操教室	15 避難訓練	16 英語教室	17	18
19	20 礼拝	21 体操教室	22	23	24 保育園職員会	25
26	27 礼拝	28 体操教室	29 誕生会			

今月は子どもたちの睡眠について考えてみたいと思います。

福音館図書からは発行されている。「母の友」の中に眠りについての記事が紹介されてい  
ましたので、入眠の参考にしてください。



## 《寝ない子、だれだ？（すこやかな眠りのために）》

### 『国別睡眠時間』

	日本	韓国	イギリス	アメリカ
0～3歳の睡眠時間	11.5時間	11.8時間	13.1時間	12.9時間
睡眠時間（大人含む）	470分	465分	500分	518分

(ジョンソン&ジョンソン・OECD調べ)

#### ●なぜ日本の子どもの睡眠時間が少ないのでしょうか？

- ・大人が子どもを寝かせない環境を作っている。
- ・日中戸外で十分に遊ばせていない(昼間の光はメラトニン【眠気をもたらす働きがある】を増やす)
- ・入眠前の暗い環境が作られていない(暗い環境はメラトニンの分泌を増やすことができる)

真っ暗でなくても良い。

眠りの環境が出来ていないために十分な睡眠が出来ないようです。では、どうすれば良い  
のでしょうか。

#### ●眠りの前にこんなことをしては如何でしょうか。

- ・絵本の読み聞かせ。
- ・自作の物語の話しをする。
- ・夜空を見上げてお話をする。
- ・全部のぬいぐるみに「おやすみ」とあいさつをする。



- ・静かに歌う。
- ・音楽を聴く。
- ・背中をさすったり、軽くたたいたりする。
- ・「ベッドのお部屋を夜にして～」と言って、カーテンを閉めさせることで、眠りのスイッチを入れる。



以上のような『入眠儀式』をすることは、イライラ感や衝動性を抑える働きがあり、リ  
ラックスして眠りに入っていくことができます。

絵本の読み聞かせはおすすめの『入眠儀式』です。聞き手の子どもはもちろん、読み手も  
リラックスします。入眠前に「早く寝なさい！」「明日起きなわよ！」「〇〇には連れて行  
きませんよ！」などと言っていないか、これでは、寝ることが恐怖になってしまいます。  
安心して眠りにつけるために『入眠儀式』はとても重要になります。

すこやかな眠りのために少し生活スタイルを変えてみては如何でしょうか。

「母の友」2011. 4月号より抜粋

監修 神山 潤 小児科医 (東京ベイ・浦安市川医療センター管理者)



# くまぐみだより

「みてみて！このハンカチ犬なの！」「先生！ティッシュにちゃんと名前書いたよ！」  
1月から個人のハンカチ・ティッシュを持ってきている子ども達は毎日楽しそうに自分のハンカチを広げ友達と楽しい会話をしています。勿論、手洗い場ではポケットから出して手を拭いていました。小学校訪問もある2月、より一層期待に胸膨らます時期になりました。昼食や帰りの会でもお当番さんに「皆の準備が出来たら声掛けてね」と声を掛けると「皆～、かっこよく座って！」と立派な声掛けをしてくれるようになりました。お昼寝も2月からは2時から2時30分までと短くなります。無理のない様に就学準備をしたいと思います。



## おみせやさんごっこ

1月から幼児組ではお店屋さんごっこの準備をしています。おすしとハンバーガー屋さんチーム・レストランチーム・ドーナツとアイスクリーム屋さんチームの3つに決めました。週に1度チームに分かれ準備を進めていますが、くま組さんは今までの経験を思い出しながら「こういうのがいい！」とアイデアを出しリーダーシップを発揮しています。2月にホールでお店屋さんごっこを開く予定ですのでそれまで子供達と楽しみながら素材を色々工夫し作り上げていきたいと思います。



## さん

- 大きくなったら・・・水族館の飼育員さん
- 好きな遊び・・・おままごと

おままごとでは猫役が好きで上手になりきるはるかさん。大きくなっても可愛い笑顔で素敵な夢を叶えてね！



## お知らせ

2月に二つ橋小学校に交流会に行きます。8日は5年生・24日は1年生との交流を予定しています。両日とも上履きを 持ち歩きやすいように、靴袋に入れ持参して下さい。どんな子供達の姿が見られるか楽しみです！



# うさぎぐみだより



雪だるま、鬼のお面など、季節の製作を楽しんでいます。

雪だるま製作では、周りに絵を描く際に「冬には何があるかな？」と自分達で考えながら色々な物を描き入れていました。「木には葉っぱがないよね」「じゃあ地面に落ちている葉っぱを描こう」「どんぐりが落ちてるよ」「まつぼっくりもあった!」「私、雪うさぎを描く」「みのむしもいるかも」などなど・・・『冬』をイメージして楽しみながら完成させていました。

鬼のお面製作ではまゆげを貼る角度で「強い鬼!」「ちょっと困った鬼にしたよ」と、表情を付けて楽しんでいました。皆自分達で作ったカラフルな鬼に大満足で、何回も顔に当てて友達と見せ合っては笑い声をあげています。

これからも様々な素材を使い、子ども達のイメージを大切にしながら製作を楽しんでいきたいと思えます。



## お店屋さんごっこ

幼児クラス縦割りで3チームに分かれ、お店屋さんごっこをします。今は当日に向けて週に一回チームで集まり、準備を進めています。

お店屋さんの内容はというと・・・

- ☆お寿司、ハンバーガー屋さん
- ☆レストラン
- ☆ドーナツ、アイス屋さん

の3つです。あれも作りたい、これも作りたいとイメージが膨らみ、皆で楽しんで取り組んでいます。

縦割りの時間が終わり、クラスの部屋に戻ってくると、各チームで何をしてきたかを報告し合う姿も見られます。お店屋さんになること、お客さんになることに、それぞれ期待を大きく膨らませています。



## きのこ栽培



お部屋で『しいたけ』『エリンギ』を栽培しています。去年の経験を覚えており、原木を見たたん、「きのこだー!!」という声が上がりました。毎日成長を観察し、収穫を楽しみにしています。

お気に入りの『きのこ』の歌も自分達でオリジナルの振り付けを付けて今まで以上に元気にうたっています。

### ♪きのこ♪

き き きのこ き き きのこ

のこのこのこのこ 歩いたりしない

き き きのこ き き きのこ

のこのこ 歩いたりしないけど

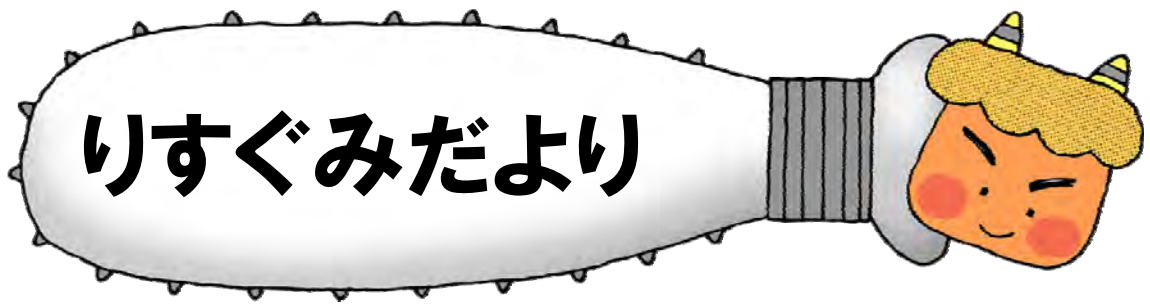
雨が降るたび 降るたびに 傘が大きく

なるなるなるなる

いきてる いきてる いきてる いきてる

きのこはいきてる ポンバラポン





# りすぐみだより

冷たい北風が吹き、一年で一番寒い季節がやってきました。子どもたちは寒さに負けないように、鬼ごっこなどをして体を動かして遊んでいます。園庭に出始めの頃は、三輪車や鉄棒など、個々に遊びを楽しんでいます。誰かの「鬼ごっこやろうよ！」の一言で、沢山の友達が集まります。そして、「〇〇ちゃんが鬼だよー！！」と大きな声で知らせながら一生懸命走る姿は、寒さを忘れさせてくれます。



## ゲーム大会

### あいうえお

最近ひらがなに興味を持つようになりました。クラスにも“あいうえお表”が貼ってありますが、絵本や掲示物を読んだりして楽しんでいます。又、かるた遊びにも挑戦して年中、年長児に負けず必死にカードを捜す姿が見られます。

### 1月より、“フルーツバスケット”“椅子取り

ゲーム”“ハンカチ落とし”などのゲームを帰りの会前に行なっています。中でも、“椅子取りゲーム”“と”ハンカチ落とし”が人気で、おやつが終わると「今日は〇〇がいい！」と積極的に始めようとしています。

“ハンカチ落とし”では、楽しい雰囲気でも円の周りを走る姿がとっても可愛いです。又、“椅子取りゲーム”では、チャンピオンになりたくてピアノの音を聞いて素早く反応する姿は、とても真剣です。

今後も一人ひとりがルールを守りながら、楽しんでゲームをしていきたいと思っています。



## きのこ栽培

きのこ栽培を始めました。栽培当初には、ちゅうりっぷの時の様子を覚えている様で、「早く焼いて食べたいね」と話す姿が見られました。そして先日、ホットプレートで焼いて食べることができました。とても美味しかったようで、“おかわりコール”が止まりませんでした。

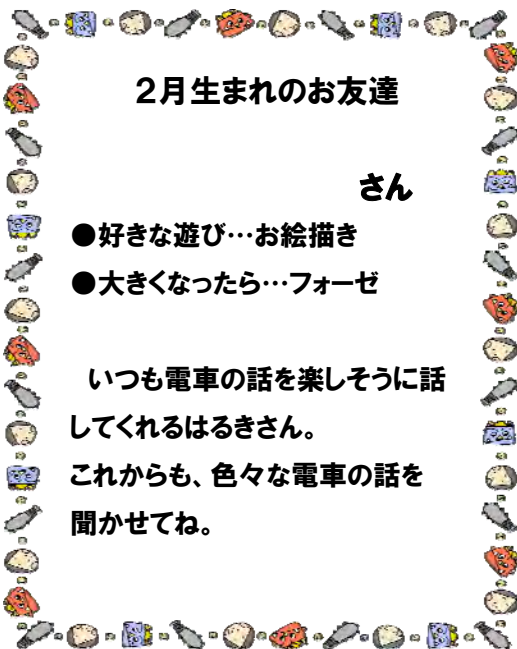
## 2月生まれのお友達

### さん

- 好きな遊び…お絵描き
- 大きくなったら…フォーゼ

いつも電車の話を楽しそうに話してくれるはるきさん。

これからも、色々な電車の話の間かせてね。





# ちゅうりっぷだより

寒さが厳しい毎日ですが、元気いっぱいの子ども達は、寒さに負けず外で楽しく過ごしています。園庭では、12月から登場している新しい三輪車が大好きで、順番で楽しむ姿が見られています。

外に出る前は、ジャンパーを、下の絵の様に「アン・パン・マン」の掛け声でマントに見立て、着る練習をしています。まだまだ一人で着るのは難しい時もありますが、「アン・パン・マン」の掛け声が好きで、笑顔で楽しみながら行っています。

また排泄時は、パンツ・オムツを全部脱ぐのではなく、足首までおろしてトイレに行く様に声を掛けています。失敗してお洋服にかかってしまう事もありますが、「お姉さん・お兄さんみたい」と、嬉しそうに挑戦しています。

最近、自分の事は進んで自分で行う姿が見られるようになってきている子ども達。焦らず、ゆっくり丁寧に関わっていきたいと思います。



アン

パン

マン

## 餅つき

先日、幼児組で餅つきが行われ、様子を見学させていただきました。炊き上がったもち米を臼と杵でベツタンとつく音を聞きながら、一緒に掛け声を掛けて雰囲気を楽しむ事ができました。

「私(ぼく)もやってみたい」「お餅食べたい」など声も上がり「りす組さんになったらやろうね」と今から参加するのを心待ちにしているみんなでした。来年在しみですね。



## ★ジャンパーの着方★

おうちでもやってみてください。  
上手にできると思います。

## 凧上げ

1月に凧作りを行い園庭でお正月遊びを楽しみました。ビニール袋にサインペンで自由に絵を描いてもらうと凧ならぬタコ(生き物)をイメージして描く子が多く可愛らしかったです。完成すると「見ててね」と嬉しそうに外に出て何度も行ったり来たりして見せてくれました。

沢山走ったので、身体も温まり楽しく過ごせました。



# たんぽぽぐみ



毎日寒い日が続き、子ども達の口からも「寒いね」の言葉を聞く事が多くなりました。

元気に遊んでいる最中にも保育士に駆け寄り、小さな手を温めてもらう姿がよく見られ「冷たいね」「あったかいね」と実感した様子でした。お外から室内に戻ると「はぁ～」と暖かさを感じている子もいました。温かい室内で今、一番人気のある遊びは「パズル」です。一つひとつのピースを大切に持ち、絵柄を合わせようとしてたり、重ねてみたりと悪戦苦闘しながらも、8ピースから30ピースに挑戦する子も増え、楽しんでいます。また、お正月遊びとして「ふくわらい」も楽しみ、可愛らしい作品が出来上がりました。

冬ならではの寒さと、室内の暖かを感じながら遊びを楽しんだ1月でした。



## 食材みつけたよ！



「お食事まだ？」と食事の時間を楽しみにするようになってきた子ども達は、7、8月頃から比べて緑色の野菜や根菜なども食べられるようになってきました。とくに「きのこ」は子ども達の中で人気があり、苦手なメニューでもきのこが入っていると「きのこあったよ」と喜んで食べています。また、一つひとつの食材を「これ何？」と聞いたり答えたりをすることで食事の立ち歩きや遊び食べも減ってきたように思います。ご家庭でも一緒に素材を確認しながら楽しめると良いですね。

ゆき ゆき まっしろ  
おどりたくなる ゆきのワルツ  
おててつないで いち に さん  
みぎへ たん たん たん  
ひだりへ とん とん とん  
かたあし あげて  
くると まわる  
ひらりと はねる  
らん らん らん



ぐりとぐらの うたうた12つきより

## おたんじょうびおめでとう

くん



1月18日より、しいたけの栽培を始めました。乳児フロアでは「しいたけ・えりんぎ・しめじ」を作っています。みんなで美味しく食べられますように！！





## すみれぐみだより

寒さが一段と厳しくなりました。日中の暖かい時間を見計らって、すべり台や三輪車砂遊びなどをして寒さに負けずに元気いっぱい過ごしています。最近では友達同士の関わりも増え、三輪車を後ろから押してあげたり顔を見合わせて何やらニコニコとお話したり、仲良しな姿が多く見られるようになってきました。遊びの幅も広がり、活発に遊んでいます。



### ★大人への甘えは情緒の安定にとって大切★

日常生活の中で、乳児期にはよりどころとなる大人が必要です。

甘えることが出来る環境に身を置くことで情緒が安定し、安心して過ごすことが出来ます。

子どもは自分を受け止めてくれる人かどうかを敏感に見抜いて行動し自分の甘えを受け止めてくれる家族の優しさ、温かさは自立の支えになります。今しかない大切な時期、お子さんの甘えを十分に受け止めてあげてください。



### ★食事の様子★

ご飯の時間になると、遊んでいるおもちゃを自分で片づけて席に着く子ども達。「いただきます」の声掛けて両手をパチン！と合わせます。スプーンと手を上手に使って、ほとんど一人で食べられるようになってきています。

野菜が苦手な子も増えてきましたが、大好きなデザートパワーで頑張っている子もいます。好き嫌いもゆっくり見守りながら、引き続き個々に合わせて対応していきたいです。



### ★お気に入りの遊び★

《追いかっこ》

保育士の「待て待て～」の声に、一斉に駆け出す子ども達。追いかけるのが楽しくて仕方ないようです。

《おままごと》

本物そっくりの食べ物のおもちゃをお皿に乗せてお友達とパクパク食べる真似をして遊んでいます。自分の持っているカバンから食べ物を出して保育士にも食べさせてくれます。

