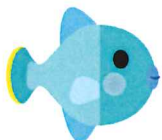
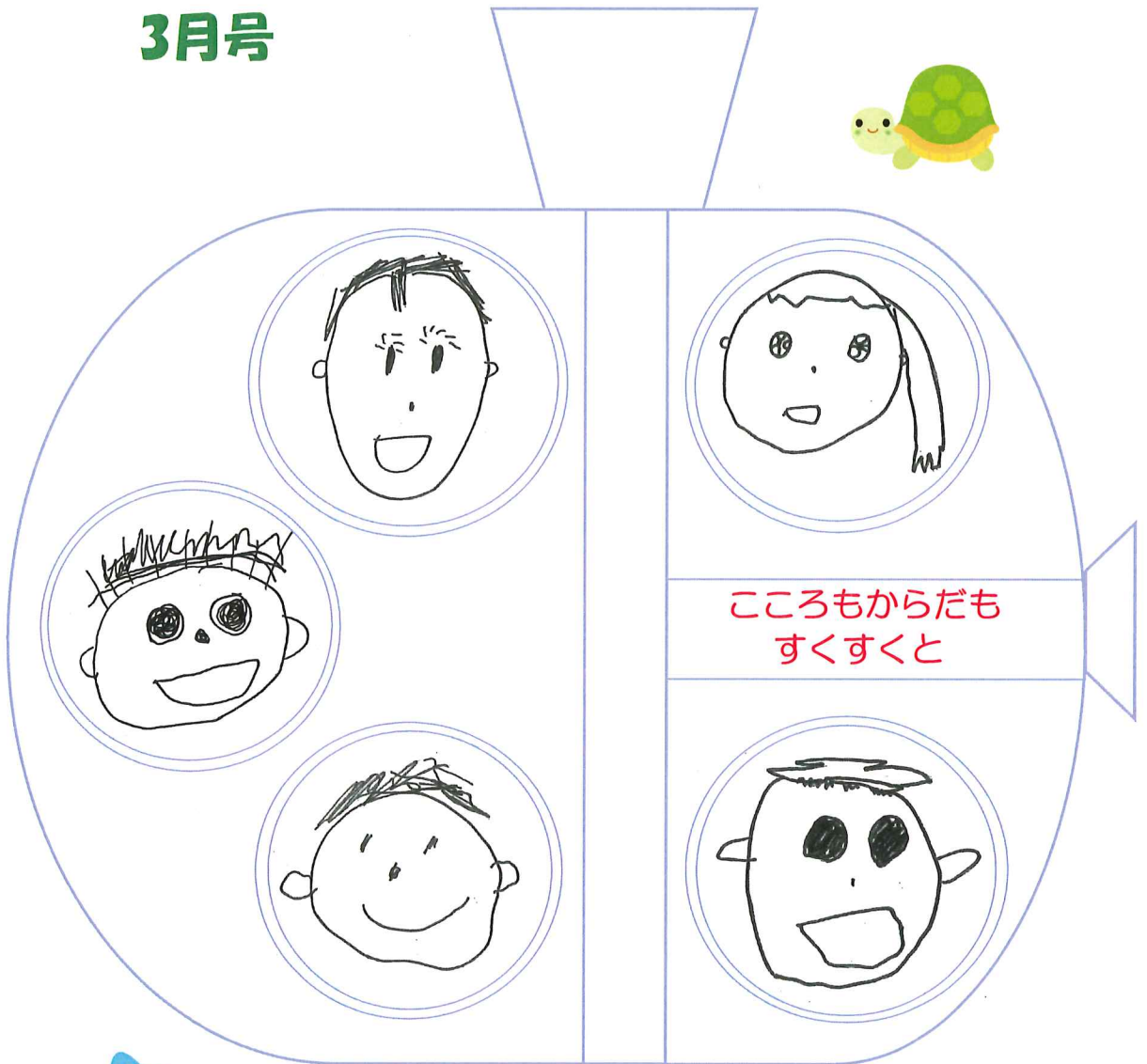


すくすく 園だより

平成30年度
3月号



あおば保育園



表紙の絵を描いてくれたお友だち

りゅうせいくん

るるなちゃん

あきとくん

さとるくん

まさきくん



自分の顔を描いてくれました。



あおばの思い出



園長 岩下 規子

園庭のしだれ桜やソメイヨシノの蕾も少しづつ膨らみを増し、出会いと別れの時が近づいてきました。立派に成長したすみれ組30名の子ども達の門出ももうすぐですね。

平成30年度の卒園記念に植樹された桜の木の前で、子ども達にお話した事は「皆さんがあおば保育園を卒園しても、ずっと忘れずに成長を見守っている事」「桜の花が咲くころあおば保育園を思い出して、元気な顔を見せて来て欲しい事」「いつでもどんなときでも遊びに来て、桜の木をながめ、パワーをもらって帰る事」等です。子ども達は隣の櫟の木を指さし「あれみたいに大きくなる？」と目を輝かせていました。すみれ組さんの皆も、もっともっと心も体も大きくなるね♡
又ある日は、保育園の一番好きな場所は？との問いかけに「園庭」と・・・「だってドッジボールが出来るから」「鬼ごっこが出来るから」「やっぱホールも好き」「ゲームが出来る、運動遊びも」「う～ん全部かなあ」あ！「お制作もすき」と・・・子ども達の心の中にあおば保育園で過ごした、たくさんの思い出がしっかり根付いているようで、とても嬉しく思いました。

4月からは新たな環境に一步踏み出す新一年生、時には自分の思いが通らず、伝え方に迷う事もあるかと思えます。それぞれが心の中で様々な思いを巡らせ、折り合いをつけて調整しながら歩いていく事でしょう。困難に思える事でも、それを乗り越えていく力、問題を解決する力が将来にわたりとても重要です。あおば保育園で培った力を最大限に発揮し、強く、逞しく、楽しく過ごしてくれることが私の願いです。

今年度もチームあおばの職員に支えられ、あおば保育園の保護者の皆様と手を携えて、お子さまの成長に携わる事が出来ました。皆様から寄せられるご感想やアンケートが何よりの励みとなり、職員の意欲の向上に繋がりました。今年度に賜りましたご協力に感謝申し上げます。どうもありがとうございました。

今後もあおば保育園の保育の充実に全力で取り組んでまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。



教えて！子育て講座Q&A

1月16日(水)に行われた「子育て講座」での内容をお知らせします。アンケートで頂いていた質問の他に、当日参加された保護者の方と手遊びや運動遊び、栄養士より季節の野菜を使った風邪予防のレシピ等の紹介がありました。参加する事が出来なかった保護者の方より、子育て講座の内容が知りたいとのご意見を頂きましたので、一部園だよりで紹介いたします。

*質問事項

Q1 帰宅から寝かせるまで、どうしても時間が掛かってしまい22時を過ぎてしまいます。どのようにすれば、寝かしつけまでに時間を短くできるでしょうか？

A1・寝る前の環境を整える。

就寝1時間前には、照明を落としたり、テレビ、スマホなどの刺激が強い物は控え、寝る準備をする。絵本など、気持ちが落ち着くものにする。

・寝る時は部屋を暗くし、大人も一緒に布団に入る。大人が起きていると子どもは中々寝付けないので、一緒に眠る気持ちで傍にいてあげる。

・起きた時には朝日を浴びる等、しっかりと覚醒できるようにする。

強い光を浴びることで目が覚め、体内時計が安定する。

・日によって起床、睡眠の誤差は極力ないようにする。

あっても±1時間に収めると、生活リズムは乱れにくい。

・日中は楽しく活動する。心地良い疲労感が必要。

・昼寝は12時～15時までの間。それ以降は夜に響いてしまう。

・現代は刺激の多い環境なので、大人が子どもの睡眠をしっかり調整してあげられると良い。

・必要な睡眠時間の目安は…

1歳～2歳…11時間～14時間 3歳～5歳…10時間～13時間



Q2 保育園での食事はきちんとできていますが、自宅では特に夕食を食べるのに時間が掛っています。見守ってほしいとは思っていますが、時間が掛かるので「じゃ、おしまいね」と言うと「イヤ！食べる」と言い、また時間が掛かっています。どのように対応すると良いでしょうか？

A2 ◎「食事を上手に食べるポイント」

ごはんを食べない理由は？ ・お腹が空いていない ・体調が悪い 等

せっかく作った食事をお子さまが食べないとイライラしますが、食べない理由には何かあるのか考えてみる。無理はNG。

～食べないときのおすすめ～

・少なく盛りつける ・色々な大きさにする

・お腹を空かせる ・食器をかえる ・食事に興味を持たせる



*子育ては悩みが尽きませんね。これからも楽しく子育てが出来るように一緒に頑張りましょう。

給食だより

平成31年3月号

栄養士 高部

3月は、お別れ会食やひなまつり、卒園式など一年の中でもイベントが多い時期です。年長さんの「リクエストメニュー」も始まっています。野菜が苦手で食べられなかった子ども達も、今では食べられるようになり成長を感じています。他のクラスのお友だちも一年で色々なものが食べられるようになってきている様子が見られてとてもうれしいです。



菜の花を食べて 春を感じよう！

菜の花は春に出回る食材のひとつでビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。大人にはほろ苦さが人気ですが、子ども達には苦みが嫌で食べにくいので、マヨネーズで和えたり、お肉と一緒に炒めたりすると食べやすくなります。黄色の花が可愛い菜の花、目で楽しむのももちろん、「春」の味として味わってみましょう。



食べ残しを防ぐには？

少食や偏食、好き嫌いが多い子どもには、好きなものだけを与えるのではなく量を少なめにしてみましょう。全部食べられた達成感を得られて食事も楽しくなります。



給食作りへの思い

今年度も一年間ありがとうございました。給食室では、子ども達への愛情はもちろん、子どもの口に入るものを作るという重要な役割にやりがいと責任を感じて毎日作っています。年長さんは今月で最後になりますが、また来年度もよろしくお願い致します。



今月のレシピ チップスサラダ

材料 (大人2人分 子ども2人分)

- ・キャベツ……………1/4
- ・きゅうり……………1本
- ・コーン……………30g
- ・ポテトチップス……約6枚

～ドレッシング～

- ・酢……………7.5g
- ・砂糖……………3.6g
- ・油……………5.6g
- ・こしょう……………少々

作り方

- ①キャベツは茹でて干切り、きゅうりは縦に1/2にし薄切り、ポテトチップスは砕く。
- ②ドレッシングを作る。
- ③キャベツ、きゅうり、コーンを和える。
- ④ドレッシングを入れて和え最後にポテトチップスを入れ和えたら完成。
(ポテトチップスの食感をなるべく残す為)





もうすぐ卒園式

主任保育士 尾形 直美

三寒四温と言われるように、3月に入ると、春のような暖かい日と肌寒い日が交互に感じられるようになりました。先週より胃腸炎が流行り始めています。子ども達は体を動かし元気に遊ぶ姿も見られますが、手洗い・うがいをするのが習慣付き、戸外遊びから戻ってきた時には、自分から行う姿も見られるようになりました。

早いもので平成30年度も、あと1ヶ月となりました。

すみれ組の子ども達は、3月21日（木）に卒園式を迎えます。長いお子さまでは6年間保育園に通い、一緒に過ごしてきました。運動会や発表会などいろいろな行事を経験し自信を付け、何事にもあきらめずに行う気持ちを学びました。また、小さいお友だちに優しく接してあげるなど、とても素敵なお兄さん・お姉さんになりました。その姿をそばで見てきた私たち職員も保護者の皆様と同様に、子ども達の成長の姿を嬉しく感じています。「平成」の年号もあとわずかとなり“平成最後の卒園児”ということで、より一層感慨深いものがあります。小学校に入学し、新しいスタートを切る子ども達を、職員一同これからも見守っていきたいと思います。

・駐車場の安全について

登降園時の駐車場での痛ましい事故の話を、よく耳にします。が、あおば保育園では保護者の皆様のご協力により、事故がなく過ごせています。しかし、まだまだ登降園時に、子ども達が嬉しそうに一人で歩道を走っていく姿も見られます。

＊大人と手を繋いで歩く事。 ＊横断歩道は、大人と手を繋いで渡る事。

＊駐車場内も手を繋ぎ、他の車に注意をする事。

とお子さまと約束をしています。駐車場での事故は、絶対に防ぎたいものです。

保護者の皆様も「必ずお子さまと手を繋いで歩道を歩き、横断歩道を渡る事」

「お子さまが車に乗るまで手を離さない事」を引き続き、お願い致します。

嬉しいお知らせです。

このたび、4歳児ひまわり組担任の赤池保育士が入籍され

4月から後藤保育士となります。よろしくお願い致します。

今年度も、保護者の皆様にはたくさんのご理解とご協力を頂き、ありがとうございました。来年度も、子ども達が毎日安心して楽しく過ごせるよう、より良い環境を作り、一人ひとりの気持ちを大切にして受け入れ、きめ細やかな保育を心掛けていきたいと思っております。よろしくお願い致します。

3月・4月の行事予定

3 月		
5	火	誕生会 《3月生まれのお友だちをお祝いします》 避難訓練 《地震を想定して行います》
7	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
11	月	美術指導 《3歳児が参加します》
21	木	卒園式 春分の日 *在園児を代表して、4歳児が出席します。
22	金	修了式・クラス移動 *修了式の後に、今までの担任と一緒に新しいお部屋に移動して、無理なくお部屋に慣れるようにしていきます。
25	月	おはなし会 《4・5歳児が参加します》
26	火	音楽指導 《2～4歳児が参加します》
28	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
4 月		
1	月	入園式 *在園児を代表して5歳児が出席します。
3	水	始業式 離任式
4	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
8	月	美術指導 《5歳児が参加します》
11	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
15	月	第1回 世代間交流会《5歳児が参加します》 避難訓練 《火災を想定して行います》
16	火	新入進級記念撮影《できるだけお休みをしない様にして下さい》
18	木	音楽指導 《3・4・5歳児が参加します》
20	土	クラス懇談会・保護者会総会 *一年間のクラスの方針をお伝えします。 その後ホールで保護者会総会も予定されています。
22	月	おはなし会 《5歳児のみ》 美術指導 《4歳児が参加します》
23	火	交通安全指導《3・4・5歳児が参加します》
24	水	ぎょう虫卵検査 《全園児対象です》
25	木	誕生会 《4月生まれのお友だちをお祝いします》

編集後記

先日のお別れ会食では、すみれ組さんへのプレゼントを子ども達みんなが協力して作りました。心のこもったプレゼントを手に清々しい笑顔を見せてくれたすみれ組の子ども達。最後にすみれ組さんからお礼の歌を聴かせてくれました。一人ひとりの感謝の気持ちがメロディに乗って伝わってきました。心も体も大きく成長した子ども達の姿に喜びを感じる素敵な時間が持てました。

平成30年度も保護者の皆様のご理解・ご協力を頂き、年度末を迎える事ができました。来年度も子ども達の健やかな育ちを支えていけるよう、保育を進めて参ります。どうぞよろしくお願い致します。

副主任 大嶽 めぐみ

