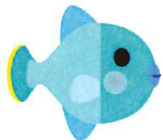
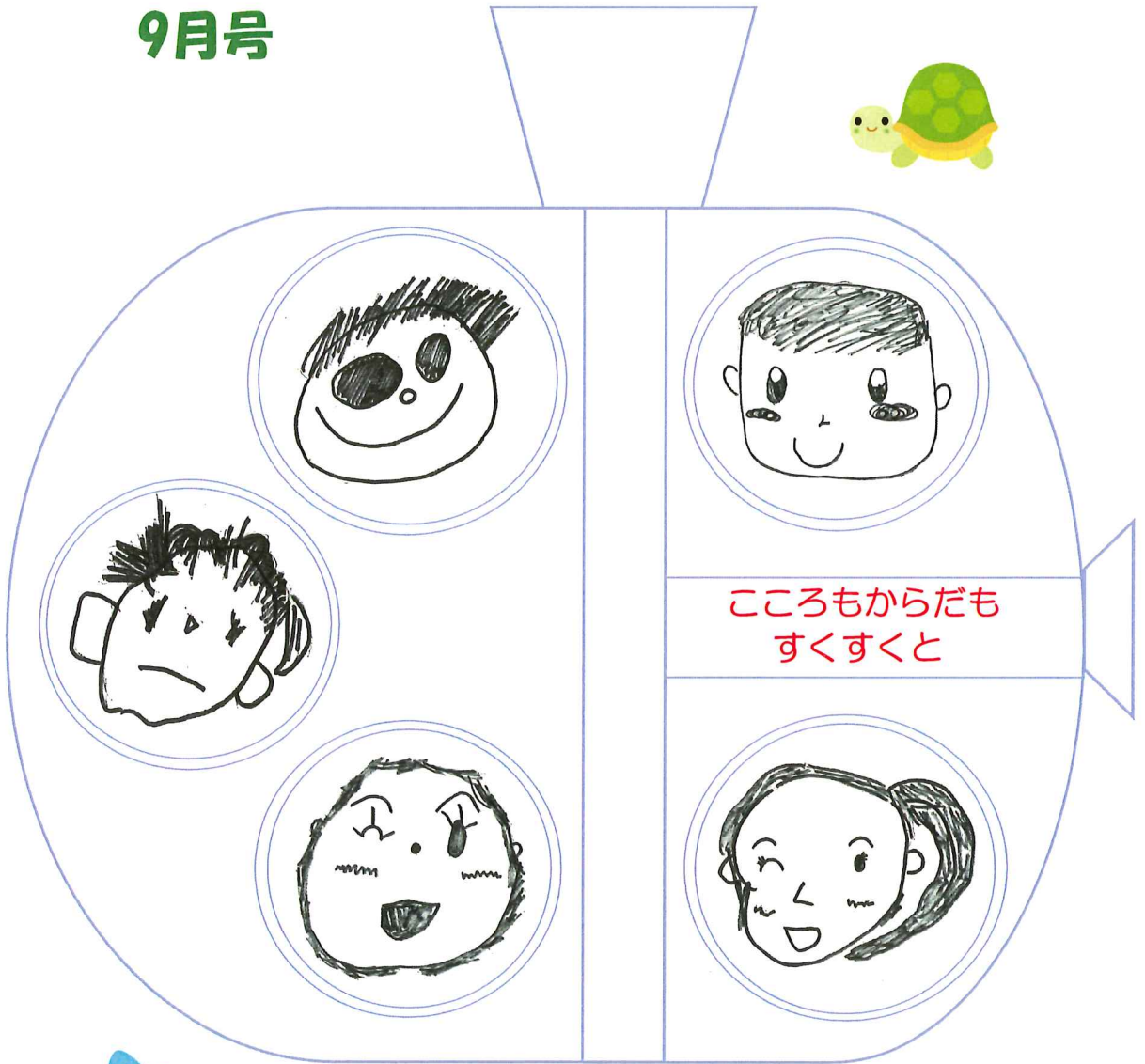


# すくすく 園だより

平成30年度  
9月号



あおば保育園



表紙の絵を描いてくれたお友だち

やすゆきくん

おうすけくん

ひよりちゃん

ともひさくん

ゆなちゃん



自分の顔を描いてくれました。



# 正常性バイアス

園長 岩下 規子

近年の異常気象と自然災害の猛威には、言葉を失うほどの衝撃を感じます。昨日の21号台風においても、扉を開けた時の恐怖感は今までに感じたことのない感覚でした。皆さんは「正常性バイアス」という言葉をご存知ですか？それは自然災害や火事、事故、事件などといった自分にとって何らかの被害が予想される状況下にあっても、それを正常な日常生活の延長上の出来事として捉えてしまい都合の悪い情報を無視したり、「まだ大丈夫、今回は大丈夫、自分だけは平気」等と過小評価するなどの心理的なメカニズムとされています。危機や危険に対しての正常性バイアスが子ども達の命を危険にさらす要因の一つになりうるという事例も挙げられています。

あおば保育園でも常に子ども達の安全を最優先に考え、保育園の運営を行っていますが、気を付けたいのがこの正常性バイアスです。

私たちは、大人だけでなく子ども達自身にも危険を察知しそれを回避できる力を身に付け育てる役割りを強く感じています。

[〇〇しておけばよかった]という後悔をしないため、さまざまな事柄に敏感に対応し、気をかけ、目をかけ、声をかけていきたいと思っています。

保護者の皆様には、引き続き子ども達に良いお手本を示して頂く事をお願い致します。

- ・道路の斜め横断はせず、横断歩道を渡りましょう。
- ・門扉は大人の方がしっかり閉まっているか確認しましょう。

## 園医のご紹介

平成30年6月1日より園医さんが変わりました。

こども支援総合クリニック もりかわよしゆき小児科

森川 良行先生です。

住所・・・〒190-0023

立川市柴崎町2-1-8 立川駅南口メディカルモール3階

電話・・・042-540-6525

0歳児健診で月に1度、10月の内科健診には全園児が対象で診ていただきます。新入园児健康診断でもお世話になります。

森川先生は子ども達の状態を良く診て下さり、適切なお指導を頂いております。何かご心配なことがありましたら、遠慮なくご相談ください。

よろしくお願ひ致します。



## 興味のあることに挑戦

調理師 山本優稀

私が最近ハマっていることはスポーツをする人の食事についての本などを見て勉強することです。専門学校でもスポーツ栄養について少し学ぶことができましたがもう一度勉強したいと思ったので本を読むようになりました。

私がスポーツ栄養に興味を持った理由は二つあります。一つ目は、小さいころから体を動かすことが好きで、小学生の頃ダンスを習い中学生では陸上部で短距離と走り高跳びをしていました。中学生の頃は、栄養や食事方法について学ぶ機会がなく栄養バランスなど考えずに好きなご飯を好きな時に好きなだけ食べていました。そのため、太ってしまい体が思い通りに動かなくなってしまうことがありました。又、試合前の食事調整が分からず試合直前にお腹が空いてしまって試合に集中できなかったことや、真夏の水分補給で麦茶だけを飲んでいて熱中症になってしまいたくさん後悔したことがあったからです。

二つ目は、いところがスポーツをしていて貧血にならないための食事や汗をかいたときの水分補給について、練習の間や試合の間にどういう補食・間食をとるとよいかなど、聞かれることがあったからです。いところは大きな大会などにもでています。今後も夢を持って頑張ってもらいたいので食事の面でサポートをしていけるようにもっと勉強して正しいことを教えてあげたいと思っています。

今読んでいる内容は体を作る栄養素やベストウエイトコントロール法についてです。ウエイトコントロール法は、その競技に適した体づくりのことで、学ぶことにより自分の体形管理にもつながると感じました。

今回学んだことで保育園の子ども達にいかされることは何かと考え、牛乳などに含まれているカルシウムに着目しました。カルシウムは筋肉や骨格を強くしケガの防止につながります。また、骨の成長期である子どもの頃に摂ることが大切とされています。牛乳などが苦手な子ども達でも食べられるメニューを考え、子ども達の体づくりのサポートをしていきたいです。

今後も気になること好きなことを積極的に学び自分を少しでも高めスキルアップに努めたいと思います。また食事や栄養に関することを学び、子ども達に美味しいと言ってもらえる給食作りを目指します。





# 9月のほけんだよ!

平成30年

あおぼ保育園

看護師 松浦



異常な夏の暑さに、外での活動ができなくなる日が多かった8月。しかし、気象庁の予報によると9月前半まで、気温が高めの予想が出ています。気温の高い日がしばらく続きそうです。9月は、運動会の練習が始まります。早起き・早寝・朝ご飯で、元気に登園してください。

## 生活リズムを整えましょう

夏休み中はついうっかり、遅く寝てしまい、起きる時間も遅くなるという、サイクルになっていませんか?生活リズムが乱れると健康にも影響します。朝の生活リズムから整えていきましょう。朝食は、子どもにとって大切な栄養補給となります。特に、脳は寝ている時にも働いている為、脳のエネルギー源である、ブドウ糖が不足していますから、朝食は欠かせません。しかし栄養補給のゼリーやドリンクをただとればよいのではなく、「良く噛んで食べること」が大切です。

覚醒



噛む

「噛むこと」で、脳が覚醒し活発になります。口から食べ物が入り、胃に送られてくると、腸や大腸が動き出し内臓が目覚め、朝の排便習慣につながっていきます。

## 救急の日

9月9日は救急の日です。この機会にご家庭の救急用品をチェックしてみましょう。



## 8月の感染症

手足口病・・・2名

ヘルパンギーナ・・・1名

りんご病・・・1名



## ほく今日、月曜日

8月の終わりのある時、久しぶりに登園した子どもが、「〇〇は今日月曜日」と話しかけてくれました。今日は水曜日でしたので二人で予定表を見ながら、「今日は水曜日だよ。」と話しました。その場を離れしばらくして、「〇〇は今日月曜日」となぜ、自分は月曜日と言ったのか…。考えてみました。一週間の始まりは、月曜日。だから“登園した=〇〇の月曜日”ということを変えたかったのだなと考えたのです。だからその子は、間違えたわけではなく、それは素敵な表現力だったのだと思いました。





## 9月を迎えて

主任保育士 尾形 直美

今年の夏は猛暑と言われ、とても暑い毎日でした。子ども達はそんな暑さの中でも熱中症になることもなく、元気いっぱいに過ごしていました。

あまりの暑さに環境省から「熱中症事故防止の対策としてWBGT（暑さ指数）が31℃を越えた場合は、屋外プール活動を含めた屋外での運動を中止する」という通知がありました。あおば保育園では子ども達の状況を踏まえ、活動時間を短縮し監視員を配置し、水分補給をする等安全に十分配慮しプール遊びを行いました。暑いのにプールに入れない日もあり、子ども達は残念そうにしていました。が、プールに入れた日は本当に楽しそうで、見ている保育者も自然と笑顔になっていました。

あおば保育園では、子ども達が毎月行っている避難訓練に真剣に取り組むことにより、地震の時は、机の下に入り机の足をしっかり持ち大切な頭を守る。火災の時は、鼻と口をハンカチや手で押さえて悪い煙を吸わないようにし、体を低くして避難すること。など、避難のしかたが身についてきているようです。

近くには玉川上水があります。洪水の心配がないとは言い切れません。地震や火災等と同様にいつ起きるかわからない自然災害なので、ハザードマップ等を確認し避難のしかた等を考えておく必要性を感じています。

9月11日(火)に、保護者引き渡し訓練が行われます。関東地方に発生した地震を想定した避難訓練を行い、その後に引き渡し訓練が行われます。今年も立川消防署の方に立ち会って頂き、避難訓練の最後にひまわり組・すみれ組の代表の子ども達が消火器を使った消火訓練を体験します。引き渡し訓練後も園庭で消火訓練を行うことができますので、お子さまと一緒に体験してみてください。

また、炊き出し釜「まかない君」を使用したり防災グッズを展示致します。お忙しいとは思いますが、是非ご参加下さい。

これから運動会に向けて、グラウンドでの練習が始まります。熱中症アラームを持参しWBGTの確認をしながら、戸外にいる時間を短くするなど状況に合わせて無理のないようにしていきます。また、子ども達の様子に気を付け、少しでも変化があった場合は保育園に連絡を入れ、迅速に対応していきます。今年度も、幼児クラスはグラウンドへ各自の水筒を持参し、こまめに水分補給をしていきたいと思っています。後日詳細のお手紙を配布致しますのでご確認ください。

西日本豪雨の被災者の方・関係者の方にお見舞いを申し上げます。  
また、募金へのご協力を頂きありがとうございました。



## 9月・10月の行事予定

9 月		
3	月	開園記念式 始業式
4	火	音楽指導 《3・4・5歳児が参加します》
10	月	第5回 世代間交流会 《5歳児が参加します》 おはなし会 《5歳児のみ》
11	火	誕生会 《9月生まれのお友だちをお祝いします》 緊急時園児引き渡し訓練 《16時30分災害発生を想定して行います》
13	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》 子育て支援 《地域の方の子育て支援です あおば保育園で行います》
20	木	運動会総合練習1回目《9時10分までの登園のご協力をお願いします》
27	木	運動会総合練習2回目《9時10分までの登園のご協力をお願いします》
10 月		
2	火	運動会総合練習3回目《9時10分までの登園のご協力をお願いします》
6	土	運動会 《雨天の場合は10月7日(日)、10月8日(月)》
9	火	避難訓練 《火災を想定して行います》
11	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
12	金	秋の遠足 《3・4・5歳児のみが参加します》 場所：小金井公園(小金井市) *雨天時は府中市郷土の森博物館(府中市)へ行きます
15	月	乳児組個人面談週間 《10月24日(水)迄》
16	火	音楽指導 《3・4・5歳児が参加します》
18	木	誕生会 《10月生まれのお友だちをお祝いします》 内科健診 《全園児対象：14:30～》 *園医変更の為、内科健診日が26日(金)→18日(木)に変更となります
22	月	おはなし会 《5歳児のみ》
23	火	移動動物園・子育て支援 《保育園の園庭にたくさんの動物が来ます。 可愛いポニーにも乗る事が出来ます》
25	木	英語あそび 《4・5歳児が参加します》
30	火	音楽指導 《3・4・5歳児が参加します》

### 編集後記

平成最後の夏は猛暑と台風、大雨等、異常気象に見舞われ記憶に残る夏でした。WBGT（暑さ指数）という言葉もニュースやインターネットでよく目にし、熱中症対策への意識も大人だけでなく、子ども達にも高まったように思います。

開園記念日を迎え、第2学期が始まりました。2学期は運動会やなかよし発表会と大きな行事が控えています。日々の保育の積み重ねが子ども達の成長に繋がります。一人ひとりに寄り添う保育を心がけ、一日一日を大切に過ごしていきたいと思っています。

副主任 大嶽 めぐみ

