

祖師谷保育園だより

世田谷区上祖師谷3-20-17
社会福祉法人 雲柱社
祖師谷保育園
TEL.03-3326-1131

2021年度5月号
2021年5月6日発行



2年連続の緊急事態宣言下の連休となりました。都知事の「出ないで。来ないで」に代表されるように、お出かけは控えることが呼びかけられた中、どんな風に過ごされたでしょうか？出かける楽しみ以外のどんな楽しみを味わえたのでしょうか？

今月は、子どもたちの楽しみの一つ『絵本』について、ある小冊子の言葉からいくつか絵本のすばらしさについてお伝えしたいと思います。

- (1)子どもは絵本を読んでもらいながら、いっしんに絵を見ています。良い絵本を選ぶことで、美しい物への感性を育てたいと思います。
- (2)すぐれた絵本は、洗練された美しい日本語によってつづられています。言葉は、考え、思い、学び、伝えるための手立てです。言葉が豊かになることは、考えや学びが豊かになることです。それは人が人らしく生き、社会の中で人と関わりを持って生きる上で、どれほど大切なことでしょうか。
- (3)子どもに絵本を読んでもらうことは、さらに大きな恵みをもたらします。それは、絵本を読んでもらうことは、自分へ向けられる直接の愛の表現だと、子ども自身が知っているということです。その時間は、身体も心も親に抱き留められ、甘えを受け入れられ、親からの丸ごとの愛を感じていられる時間です。

そして、『幼いころより、言葉を通して、魂の奥深くへ届く愛を存分に受けて育った子どもは、自分を愛し、自分と同じように人を愛し、信頼することが出来ます。』と。子どもたちに最も必要なのは、ただ温かく抱きとめられるだけの無償の愛。何かができる等の条件付きではなく、そのままの子どもを愛するということ。さりげなく素朴に、絵本を読んでもらう。それだけで私たちは、子どもが切に望んでいるものを手渡すことが出来るということです。絵本と一緒に楽しみながら読んであげると、それだけなのです。

子どもが自分を愛し、自分と同じように人を愛することは、先月お伝えした法人の保育目標と似ています。法人では絵本等の力だけでなく、聖書の言葉にある『神様の愛』がそこにあることを感じ、わかってほしいと願っています。



園長 伊藤美代子

4月の聖句

「わたしは復活であり、命である。」（ヨハネによる福音書11章25節）

今年も桜が美しく咲きました。自然の美しさは、私たちの心を癒してくれます。聖書に「木には希望がある」「木は切られても、また新芽を吹き、若枝は絶えることはない」（ヨハネ14：7）という言葉があります。イエス様の復活の力が木にも現されているかのようです。すべてのものに命の息を吹き込み、生きる力を与えてくださる神さまに感謝し、新年度も神さまの御恵みをたくさんいただいて過ごされることを願っています。

祖師谷教会牧師 小河由美子



2021 年度

食事だより



4 月号

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

ご入園、進級おめでとうございます。期待が膨らむ新年度の始まりに際し、心新たに愛情たっぷりの安心安全な給食づくりを心掛けていきます！毎日の給食は、子どもたちの心と体を育む基盤となるものです。旬を大切に、子どもたちの好奇心を引き出せるような祖師谷らしい給食作りを目指します！また、子どもたちを支えるご家族の皆様の健康においても微力ながらサポートしていけたらと考えておりますので、いつでもお気軽にご相談ください。

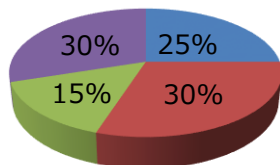
「保育園の栄養量」(2020 年版食事摂取基準値参考)

保育園の 基準量	エネルギー K c a l	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
3 歳児以上	575	23.0	17.9	1.9 未満
1,2 歳児	467	18.7	14.5	1.6 未満

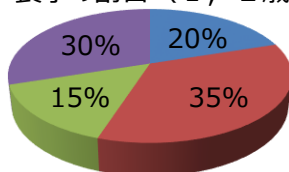
※離乳食は「授乳・離乳の支援ガイド」に基づき、個人の成長に合った進め方をご家庭と一緒に考えていきます。

「保育園の摂取割合」

食事の割合 (3 歳児以上)



食事の割合 (1, 2 歳児)



■ 朝食
■ 昼食 (給食)
■ おやつ (給食)
■ 夕食

※昼食に午前の調整豆乳を含む

「献立について」

保育園の食事は、お子さんの安全を第一に考え、今まで食べた経験のない食材は、必ず先にご家庭で食べて頂くようお願いします。乳幼児食予定献立表は今年度より前月の 20～25 日ごろホームページより閲覧できるようにしています。(離乳食及び補食・夕食献立表は配布致します。) 献立表には食材名も明記してありますので、よく目を通して頂き、お子さんに食べさせたことのない食材がありましたら、**献立予定日より前に、最低 2 回以上ご家庭で試してください。**何かありましたらご相談ください。

保育園では、季節の旬を意識して、多彩な食材を使った献立を考えています。お忙しいとは思いますが、お子さんの安全と多岐にわたる食経験のためにご協力お願い致します。

☆**展示食**…幼児食は園庭側テラスに、乳児食、離乳食は 2 F 廊下に写真を掲示します。ぜひご覧下さい。

☆**レシピ**…毎月の食事だよりで保育園のレシピを掲載しています。このレシピを知りたい！というものがありましたら、遠慮なくお気軽に連絡ノート等でお知らせください。

☆**食物アレルギー対応**…主治医の指導により食物アレルギーにおける除去が必要な場合は、園指定の「**保育園における食物アレルギー生活管理指導表**」の提出を行うことで除去代替食の対応を行います。書類の提出後、面談を行います。必要な方は職員までお声かけ下さい。また、食物アレルギーの疑いで病院を受診される際は、結果が出るまでの間、該当食物は園でも除去を致しますので、早急にお知らせください。

「食事提供について」

登園の基本は 9:30 までとなっていますが、病院の受診などでやむをえず登園が遅れる場合、衛生面や子どものリズムを鑑みて、給食提供時間について以下の通りとなります。**下記の時間を過ぎる場合は、食事を済ませてから登園して下さいをお願いします。**

0 歳児クラス⇒11:30
1,2 歳児クラス⇒12:00
幼児クラス⇒12:30

＊給食は、安全のため調理室にて冷蔵保管し、再加熱して提供を行います。そのため、登園が遅れる旨の連絡は各最終時間の 1 時間以上前に園までお願いします。

「配慮食について」

クラス用	名前 _____	
	配慮食希望 (お昼: おかゆ+汁物、おやつ: おじや) 当カードを申請される場合、 <u>延長保育の受付はできません。</u> ※キリトリ※	
調理用	クラス _____	名前 _____
	配慮食希望 (お昼: おかゆ+汁物、おやつ: おじや)	
月 日		

基本は通常のお食事が食べられるようになってからの登園をお願いしていますが、回復期等で食事の配慮が必要な場合、**「配慮食カード」**を申請することで、配慮食の提供を致します。

昼食: おかゆとスープまたは味噌汁 おやつ: おじや

1 F 玄関の与薬カードが入っている BOX に用紙が入っています。

0,1 歳児クラスはお部屋にも用意があるので職員に声をかけて下さい。名前とクラスを記入し、保育士に渡してください。

「延長: 補食・夕食について」

1. 補食について

おやつは一日のエネルギーの約 15%の摂取となるように、食事の一部として献立をたてている一方、補食はエネルギーの補助というより、家庭での夕食に支障がないよう、間につながるものと考えています。

保育園向けに作られた、保存料・着色料などを使用していない安全なお菓子を提供します。

※ 0 歳児クラス (満 1 歳以上) は咀嚼を考え、赤ちゃんせんべいのような柔らかめのものを用意します。

* カシウム入りパベースティック…うるち米、米澱粉、とうもろこし澱粉、砂糖、食塩、サンゴ末焼成カシウム

2. 夕食について

一日のエネルギーの約 30%となるよう、その日のお昼・おやつとのバランスを考え全て手作りで調理しています。食材準備の都合上**夕食の申し込みは当日 16:00 まで**となっておりますのでご了承ください。

基本的に、夕食の離乳食対応はしていないため、満 1 歳を超えて後期食の場合はミルクでの対応となります。完了期食の場合は、乳児食対応での内容を了承して頂いた場合のみ、食事の提供を行います。

(* 利用日が前もってわかっている場合、こちらの判断で咀嚼の難しい肉類を挽き肉に変更する配慮はできます。)

「食事について」

・毎日の乳児午前おやつは調整豆乳になります。

・乳児はおやつが昼食につきます。栄養効果以上にデザートを楽しみに食事がすすむ、苦手なものでもチャレンジする姿がみられるため、昼食のタイミングで提供しています。

・毎日のお米は、白米より栄養価の高い胚芽米を使用しています。

・ミニトマト、巨峰はのどに詰まらせる事例があるため、園では使用しません。(ぶどうは缶詰を切って使用。) 「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」を基に誤嚥・窒息防止に努めていきます。

・無機ヒ素含有濃度が高いひじきについて、国では食事に偏りがなければ心配ないとの見解ですが、園では、離乳食では使用せず、乳幼児食では最も無機ヒ素を減らすことができる調理方法(水洗い→ゆでる→水洗い)で使用します。

・毎日、その日に使用する分のみを各業者さんより朝届けてもらい新鮮な食材を使用しています。食材は、極力国産食材を使用しています。

・天然出汁を使用し、出汁本来の旨味を活かした食事作りをしています。野菜もゆでるではなく、蒸すことで栄養価の損失を少なく野菜本来の甘味を引き出す調理をしています。苦手な野菜もみんなで楽しく食べることや食育活動を通じて自ら進んで食べられるようになることを目指します。

・食物アレルギー源となりやすい食品のうちで、そば、ピーナッツ、ナッツ類 (アーモンド・カシューナッツ・クルミなど) 、魚卵、貝類、キウイ、ごま (ごま油は使用する) 、山芋については年間を通して給食の提供はありません。

園のアレルギー状況を鑑み、今年度は年間を通して卵、えびの提供はありません。

・当面の間、離乳食のしょうゆ、みそは原材料が米のものを使用します。



こんにちは。おひさまひろばです。皆様、入園・進級、おめでとうございます！春は出会いと別れの季節ですね。

おひさまひろばも、立ち上げに尽力したスタッフ吉野が異動となり、2021年度は新体制でスタートします。よろしくお願いいたします

おひさまひろばって？



どんなスタッフ
がいるの？

おひさまひろばは、祖師谷保育園の中にある「おでかけひろば」
(世田谷区の乳幼児親子のつどいの場)です。

祖師谷保育園は、在園児のご家庭はもちろん、地域で子育てをする
ご家庭とも一緒に子どもたちを育てていきたいとの思いでおひさまひろ
ばを開設しました。来てくださった方が、ほっと一息つけるような、そ
して子どもたちを明るく照らし、温かく包み込むおひさまのような存在
でありたいと思っています！エントランスを入って左側のお部屋ですの
で、ぜひお声がけください！

園児の皆様も、育休の方や、平日お仕事がお休みの時、ひろばの土曜開
所の際は、是非遊びにお越しください。お待ちしております。

2021年度のスタッフを紹介します！

開設当初からのスタッフ池田清恵です。

我が子は大学生と高校生になりましたが、子育て期に
この地域で支えていただいた感謝の気持ちを現役子育て
中の皆様の応援に振り向けるつもりが、逆に保育園の
子どもたちやひろばに来所する方々との出会いの中で
たくさんの幸せと癒しをいただく毎日です。

趣味はサイクリングと消しゴムハンコ彫り、時々地域の
子ども食堂にも出没しています♡

池田清恵



こんにちは。おひさまひろば三神です。
幼いころからこの地域で育ちました。
趣味はウォーキングで、砵公園を歩いて
います。今は桜が満開ですが季節ごとに
変化していく自然の力に感動していま
す。
おひさまひろばでは、遊びに来て下さる
子どもたちの笑顔に、元気を頂いていま
す。

三神明子



4月からひろばのスタッフとなりました
田沼です。特技はピアノで、好きなことは
アロマや編み物(何か作ることが好き)です。
世田谷区の健康サポーターや近くの小学校の
音楽ボランティアなどもしています。

おひさまひろばが、皆さんにとって少しでも
居心地の良いほっとできる場所になるように
お手伝いできたらと思っています。
どうぞよろしくお願いいたします。

田沼香織



こんにちは！新しくおひさまひろばの
担当になりました植村麻由子と申します。
世田谷区上祖師谷で育ち、現在4歳の双子
と0歳の男の子を育てています。まさに子
育て真っ最中なので、子育てお得情報を皆
さんと一緒に共有できたら嬉しいと思っ
て
います。よろしくお願いいたします。

植村麻由子

