

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6月号
2021年6月1日発行

祈り ～大きくなーれ～

『ばあばが、はなもそも(孫の名前です)大きくなりますようにって、いつてくれた。』

2才の子どもの日のお祝いに家族で集まった時、食前のお祈りで「そもはなもここまで守り育ててくださったことをありがとうございます。これからもますます大きくなりますようにお守りください。」と祈ったその言葉を心に留め、その日の帰りにぼそっと言った孫の言葉です。

私はその言葉を聞いて、とても嬉しくなりました。小さな子ども心に感じ取ったものがあつたのだと思うからです。子どもには大きくなることを願う気持ちがしっかりあり、周りの大人が同じように願っていることを喜んでるように思えたからです。

大きくなーれ！の願いは子どもを育てている人は誰でも持っている素朴な、でもとても大切な気持ちだと思います。早く大きくなって欲しいと思うときもあるし、ゆっくり大きくなってと思うときもありますね。大人のその時の事情によると思いますが、でも大きくなーれの願いは同じです。子どもは成長する存在そのものであり、育ち続ける存在だからです。そして何より、子ども自身が大きくなりたいと願っている存在だからです。両者の思いが一つになって子どもは育っていきます。

誕生会では、生まれる前から神様に守られてきた子どもであり、生まれて今日までみんなから愛されてきた子どもであることを神様に感謝する讃美歌を歌います。5歳児、ゆき組の保護者の方からは、生まれてきた時の話を聞きます。ある人はずーっと待っていたとても大切な子どもであると話されました。ストレートなその表現に涙する保育者も...。本当にどの子ども大切な子どもです。だからこそ、私たちは祈り心を持って、お預かりしている多くの子どもたちを育てたいと願っています。

お祈りは、キリスト教の園ではある程度日常的と言えるかもしれません。食前のお祈りは0歳クラスから始まり、幼児になると時にクラスごとに祈ることもあります。お祈りは感謝の気持ち、友達や家族のために祈るとりなしの祈り、そして願いを表します。神様がいらっしゃること、神様が私たちを愛してくださっていること、そして祈りに応えてくださること(祈りは聞かれないことが神様の応えであることもあります)を日々の祈りから感じ取るようになってほしいと願います。

園長 伊藤美代子

6月の聖句

「だれでも、わたしの天の父の御心を行う人が、わたしの兄弟、姉妹、また母である。」
マタイによる福音書12章50節

イエス様は血のつながりはなくても、天の父である神さまの御心を行う人は、みんな私の家族であると宣言されました。人は愛によって育てられます。天の父は私たちをその家族愛で包み育ててくださるお方です。その天の父の御心は私たちが「互いに愛し合う」豊かな関係を築くことです。子どもたちがお互いに大切な存在とされて、一人ひとりの神さまからいただいている「賜物」(神さまからのすばらしい贈りもの)がさらに豊かに育まれますよう願っています。

祖師谷教会牧師 小河由美子



こどもの便秘について

新年度が始まり少し落ち着いてきたところでしょうか。今月はこどもの便秘についてお話をしたいと思います。

乳幼児期：母乳から人工乳に変えたとき、離乳食を始めたとき、トイレトレーニングを始めたとき、保育園に行きはじめてとき（環境変化）、汗をかいたとき、ミルク不足などのとき起こりやすくなります。

学童期：ゆっくりトイレに入る時間がなく登校し我慢してしまう。⇒小学生の3人に1人は便秘症といわれています。

排便機能は乳幼児期から育っていき、小学校高学年になってやっと大人並みになるとされています。（こどもは排便機能が未熟なのでできないのは当たり前です。）

つまり、大人が援助してあげる必要があります。

便を出すのが怖い・痛い・気持ち悪い

漏らして怒られた記憶がある

あそびを優先したい

トイレ（大便）に行くのを冷やかされた

などで💩をこらえてしまうと。。

直腸に多くの便が溜まってしまい新しい便が上からやってきても、腸は伸ばされなくなってしまい便秘を感じてしまわなくなるのです。⇒自力で便を出せなくなってしまいます！手助けが必要なことも。

😊規則正しい生活で、毎日決まった時間にトイレに座る。足台を置くなどして前かがみになると排便しやすいでしょう。そして💩は気持ちの良いもの、大事なことと、笑顔で誉めてあげましょう。😊

6月の予定

3日（木）10時～歯科検診です。（お休みの場合は再受診はなしです。）

歯科検診の結果は歯科健康診査結果表（小さい用紙）にて週中に保護者へお知らせ予定です。

14日（月）水遊び・シャワー開始。

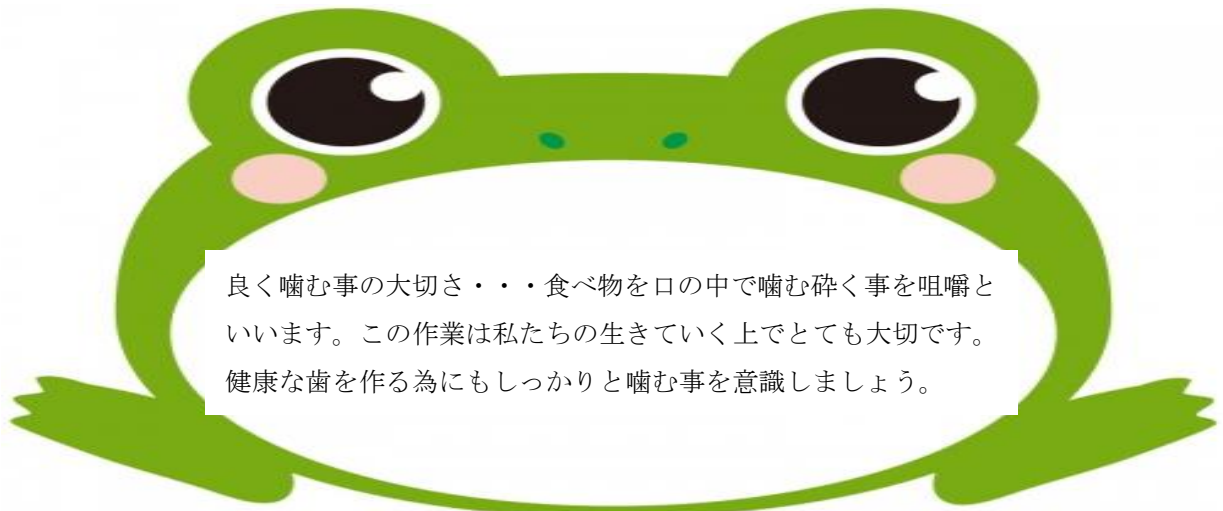
アマビエちゃんカードに体温・シャワー・水遊びチェックをお願いします。

歯科検診前にほし組さん、ゆき組さんに向けて、歯磨きの大切さ（紙芝居）についてのお話をする予定です。ご家庭でも話題になると思うので、この機会にお子さんとお話ししてみてくださいね。

食事だより

祖師谷保育園 調理室 6月

毎日どのように過ごしていますか？コロナの影響で登園が難しくなっていましたね。子どもたちの元気な声が聞けなくなり寂しく感じます。一日でも早く子どもたちに会えるのを楽しみにしています。6月4日は、虫歯予防デーです。歯はとても大事です。みなさんは、しっかり噛んで食べていますか？自分が何回噛んで飲み込んでいるか数えた事がありますか？最低30回は噛みましょうというのが目標です。以外と30回も噛んでいないんですよ。意識するがけでも変わるので30回噛むように心がけましょう！！



良く噛む事の大切さ・・・食べ物を口の中で噛む砕く事を咀嚼といいますが、この作業は私たちの生きていく上でとても大切です。健康な歯を作る為にもしっかりと噛む事を意識しましょう。

◆噛む練習を上手にするには。。。。。

残念ながら全年齢層において食べるだけで咀嚼力アップ！というような料理はありません。食物の特徴に応じて

・適切な一口量 ・噛む強さ ・噛む回数

など、よく噛むことを意識して食べ方の意識づけが大切です。咀嚼力を養うためには、いろいろなものを食べることが大切です。飲み込まずにため込む、口から出す、丸のみする、こんな食べ方をしていたら、しっかり噛むことを意識させてあげましょう。あと、固い物をよく噛んで食べると上下のあごや骨の筋肉が発達し、丈夫なあごを作ります。あごが十分に発達していないと歯並びが悪くなり運動能力が低下するなど、健康に問題も出てきてしまいます。よく噛んであごも丈夫にしましょう。これから暑い時期になり、食べやすい麺類や、のどごしの良い食材もでてきます。食材は固い物を選ぶというより、いろいろなものを食べ、いろんな食材の感触を感じさせてあげることも必要だと思います。大きさやゆで時間を変えるなどしてカミカミ献立を作っていきます。家庭でも、子どもの食べ方を見て「よく噛んでね」や「しっかり噛むと味が出てくるよ」と伝えてあげてください。



5月21日、おひさまひろばは3周年の記念日でした。3年前のこの日、当時のリーダー吉野の陣頭指揮のもとドキドキしながらオープンの日を迎えたことを昨日のこのように思い出します。今年の記念日は園長秘蔵のパネルシアターや手袋シアターでささやかなお話し会を楽しみました。たくさんの出会いに恵まれ、目まぐるしくも充実したこの3年間、ご協力いただいた全ての方に感謝いたします。

さてお天気の移り変わりが多いこの頃、入梅が近づいていることを肌で感じるとともに保護者の皆様にとっては登降園にひと手間多くなり、「雨の日ルーティーン」の構築に大変な時期ではないでしょうか。とはいえ、植物にとっては恵みの雨。各クラスで育て始めた野菜たちはぐんぐん大きくなっています。おひさまひろばでも、窓のふもとの一畳ほどの小さな畑にハーブや野菜や花を植えました。

植物を育てることは子育てに似ている気がします。成長する植物自体の力に加え、ふくよかな土地、明るいおひさま、恵みの雨などの「環境」がいかに大事かを実感するとともに、我々大人は、子どもたちのその子らしく成長していく力を信じ見守り暖かい環境を整えることに注力していきたいなど、畑を見ながら思う毎日です。

畑の整備は、境（はな組担任）が手伝ってくれました。何を植えるかは園職員のアドバイスを受けながらスタッフで相談し、苗は購入や地域（粕谷）の「そらまめ農園」さんからのおすそわけ、植えたのはひろばの利用者の方々、ピーマン愛あふれる黒田（はな組担任）からはピーマン収穫後のレシピの提案をもらいました。

登園降園の時には「大きくなーれ」と応援してください。もし時間に余裕のある時がありましたら是非一緒に水やりしましょう！お声がけください。おひさまひろばも、畑もみんな育てていかれたらとても嬉しいです。

3周年を記念して 園長のお話し会をしました

赤と青の鳥さんのやりとりが可愛い
手袋シアター



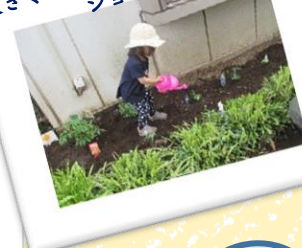
たくさんの動物が登場！「ぼんぼこだ〜！」と大喜び！のパネルシアター

3周年を記念して ハーブやお野菜を植えました



皆で苗を植えています！

大きくな〜れ〜！
ジョウロで水やり！



最後に立札をたてました！