

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7月号
2021年7月1日発行

今年の夏・・・

例年より早い梅雨入りかと案じていましたら、例年と変わらない梅雨入りとなりました。登降園には大変な時ですね。

6月の園だよりでもお伝えしていますように、梅雨が明けお天気が安定しましたら、駐車場の工事を行う予定です。(工事期間の1週間は駐車場のご利用はできません)それまでは、応急措置で水たまりが小さくなるように、砂利を含んだ土を入れましたので、ご理解を頂きますようどうぞよろしくお願いいたします。

さて、夏に向け保育園でも、色々な行事をどんなふうに行えるかを考えています。安全と子どもたちの楽しみと、いつもバランスを考えて行っているところです。地域でも少なくなっているお祭り気分を楽しむ『子ども祭り』は7月30日に延期して行い、ゆき組の『お泊り保育』は『みんなでよるまで特別はッピーデー』と子どもたちで相談・命名し、泊まらないで夜8時30分まで目一杯楽しむことと致しました。

もう一つ、皆様も気になっていらっしゃるだろう「プール」ですが、今年も昨年に続き、「園庭・テラスでの水遊び」とさせていただきたいと思います。世田谷区からは、衛生管理と感染対策を十分にとった上で、各園の判断となったのですが、祖師谷としてはできるかもしれないけれども、多少なりとも不安があるのであれば、もう1年水遊びを楽しもうということになりました。昨年も園庭やテラスで『子どもたちの水を楽しむ姿』をたっぷり見せてもらいました。今年も様々な工夫をしながら、さらにたくさんの“水を楽しむ”遊びを経験できればと思います。保護者の皆様のご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。



昨年の水遊びの様子の一部

この夏、ご家族での楽しみ方は、どんなものになるでしょうか？それぞれの夏の楽しみを見つけられるといいですね。

園長 伊藤美代子

7月の聖句

「ごく小さな事に忠実な者は、大きなことにも忠実である。ごく小さな事に不忠実な者は、大きな事にも不忠実である。」 ルカによる福音書16章10節

毎日の生活の中で時間に追われていると、なぜ今このことをしているのかと自分自身に問いかけてしまうことがあります。そのような時、私は気を取り直して、目の前にある仕事を忠実にしよう心がけています。なぜなら自分にとってあまり意味のないように思える事柄に対してイエス様が忠実であることを求めておられると思うからです。

祖師谷教会牧師 小河由美子



6月の歯科検診では、子ども達がしっかりとお口の中を見せてくれ、頑張ってくれました。歯医者さんからもお褒めの言葉をいただきました😊。でもまだまだ仕上げ磨きが必要な子ども達ですので、就寝前のスキンシップもかねて、これからもよろしくお願いします。



急に蒸し暑い日が増え、あせも・水いぼ・とびひ等お肌トラブルが多い6月でした。

特にアトピー素因のある子どもは皮膚を保護する力が弱いことが多いので、皮脂を取り過ぎずに汚れだけを取り去るよう石鹸、ボディーソープを部位により減らし、肌の保湿も行いましょう。

夏の感染症もブツブツ（発疹）が現れやすいです。自分もお友達も守るためにお医者さんに診てもらうようお願いします。スキンケアの基本は清潔・保湿・爪切りです。



子どもは体温調節が未発達です。大人よりもさらに**熱中症予防・対策**に気をつけましょう。**初期症状からすぐに対応が必要です。**（涼しい場所で冷やす、飲めるようであれば、水分補給。重度になる前に医療機関への連絡や相談をしましょう。）

症状としては①めまいや顔のほてり（立ちくらみ・意識が遠のく・腹痛のことも）②筋肉痛や筋肉のけいれん・しびれ（こむらがえりや筋肉がつる）③だるさや頭痛・吐き気④汗のかきかたがおかしい（かきすぎ・かかすぎ）⑤体温が高い、皮膚の異常（赤く乾いている）⑥呼びかけに反応しない、まっすぐ歩けない⑦水分補給ができない状態に・・・こんな事にならないよう**予防**としては、こまめな水分摂取・服装調節（熱や日差しから守る）・地面からの熱や湿度に気をつける・室内遊びも油断しない（クーラー扇風機の使用）・室外遊びではマスクは必ず外すなどの配慮が必要です。



2021 年度

食事だより



7月号

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

暑い7月がやってきました。大量の汗をかき、体力が消耗しやすい時期です。また、屋内と屋外での温度差が激しく、体に変化についていけず、免疫力が下がりやすくなります。こまめに水分を補給すること、体を冷やしすぎないこと、しっかりと栄養を摂ることで暑い夏を乗り切りましょう！

●日本から世界へ！

5月、6月は日本の郷土料理、B級グルメを献立にたくさん取り入れてきました。ホールに日本地図を掲示して、県名と料理名を書いておくと、「私は、福岡県の料理好き！だって、このメニューすごくおいしいから！」「〇〇県の〇〇ってすごくおいしいだね。はじめて食べた！」「今日は、おばあちゃんのところのごはんだったけど、最近は行けてないんだ。コロナだから・・・。」という会話が聞こえてきました。なかでも、一番印象に残っているのは、小さい頃から野菜が苦手なほしぐみのAちゃんです。「先生、地図のメニュー昨日のままで！私、熊本県のある場所から、私が貼ってあげる！」と、声をかけてくれました。まさかと思い、一緒に地図のところに行くと本当に分かっていたのです！おうちのパズルで日本地図をやっているすべて覚えたそうです。調理のみんなでも本当に驚きました。それから、しばらくメニュー貼りの担当をお願いしました。すると、調理室へ「少なくなった野菜全部食べたよ！」と報告してくれる日が増えたのです！得意な地図と苦手な食事が結びつき、自信がついて1口食べてみようと思うきっかけになったようです。おうちでも、献立をよく見て、次の日の場所とメニューの確認をしているとの話でした。クッキングや栽培活動では、よく見られる姿ですが、まさか郷土料理の日本地図からもつながるとは思ってもいませんでした。「苦手なものでも一口食べてみようね。」の声かけよりずっと効果的です。これからも、様々な取り組みで子どもたち自ら「食べてみたい」と思える活動を行っていきたいと思います。



そして、いよいよ7月は、オリンピック・パラリンピックの開催となります！たくさんの国の人たちははじめて見る子どもたちが多いのではないのでしょうか。肌の色や髪や目の色、違う言葉を話す外国の人や国を知るのにとっても良い機会だと思います。保育園の給食も**世界の料理グルメツアー**と称し、世界の料理が毎日入ります。ホールには、世界地図を掲示する予定です。今ゆきぐみは、世界の国旗の塗り絵をしているので、出来上がった国旗も飾りたいなと思っています。

耳慣れないメニューの名前も入っているので、ぜひ、展示写真をご覧ください。

●ほしぐみでスプーンの3点持ちの話をしました

お箸へスムーズに移行するための最大のポイントである、**正しい3点持ちの習得**。再確認の意味で、持ち方のお話をしました。ほとんどの子どもたちが正しく持っていますが、おうちでも再度確認してみてください。



- ・人差し指が上側のへりにきちんととり、第2関節がきれいな山型になっている
- ・お茶碗は逆の手で添えて食べるようにする
- ・スプーンを持つ位置を真ん中にする



ゆきぐみにもこの持ち方の子います！

●コロナ禍でのクッキング活動の取り組み方とお願い

昨年の緊急事態宣言以降、新しい生活様式へと移り変わる中で、どのように食育のクッキング活動を行っていくのが安全なのか、保健所や世田谷区の栄養士に相談、法人内の他の園と情報共有をしながら園内で話し合いを進めました。

昨年度は、クッキング活動だけにとらわれない食育の取り組みを主に行ってきました。また、安全を最優先に、目の前で調理をする活動や自己完結できるクッキング（自分の分のみを作る）を中心に行いました。

1年が過ぎた今も、緊急事態宣言がでたり、解除されたりが繰り返されています。そのたび、予定している活動に足踏みをしてしまう状況があるため、再度、保健所や区の栄養士に相談し、クッキングの取り組み方について考えました。

基本的には、食中毒予防対策としての衛生管理を行うことが最重要とのことで、食材を介することの問題より、密にならない活動、換気できる環境を整えるのが大事とのことでした。

・自己完結できないクッキング活動（例えば、子どもが切った野菜をカレーに入れるなど）は、できる限り再度洗浄、必ず加熱を行う。加熱後の野菜を調味液と和えるなどの活動は、大人が手袋をして行う。

・手洗い、アルコール消毒の徹底。身支度を整える。（清潔なエプロンとマスクを着用する）

クッキング計画書も新たに、安全チェックリスト以外に予定工程表に衛生配慮の欄を設け、どのタイミングで手洗い・アルコール消毒を行うか、手袋を着用するのか、1テーブル何人で作業するかなどを計画段階で確認、記録に残すようにする。

・トングなど器具の素手での共有を避けるため、自己配膳（トングを共有して自分の分を盛り付け）は行わない。

・包丁など器具を使用する場合、触る方の手のみ子ども用使い捨て手袋を使用する。（包丁なら、包丁を握る手のみ）

・1回の活動を少人数グループに分けたり、1テーブルでの活動人数を極力少なくして行う。

・クッキング活動の当日の体調チェックを必ず行う。

体調確認は、以前から行っていましたが、本人だけでなく同居している方全員の体調確認が大切ということなので、万が一ご家族の方に体調不良の方がいる場合には、必ず保育士に伝えていただくようご協力をお願いいたします。

コロナウィルスの観点からは、発熱やのどの痛み、咳の症状ですが、食中毒予防の観点から、下痢や嘔吐の症状確認も含みますのでよろしくお願いします。

安全に楽しく進めるためのご協力をお願いいたします。今後も、保健所等のアドバイスを受けながら取り組んでいきたいと思っています。世田谷区は「家族全ての人の体調確認を行っていれば、緊急事態宣言中であっても食育活動の制限はしていない」ということだったので、園の状況を踏まえながら進めていきたいと思っています。

●7月のメニューからレシピ紹介

【ハニージョイ】子ども5人分

- ・コーンフレーク…60g
- ・バター…25g
- ・砂糖…20g
- ・はちみつ…10g

★バター、砂糖、はちみつを弱火にかけて完全に溶かす。コーンフレークとあえて、小さいアルミカップに大きいスプーン1杯分入れる。

オーブン150℃で12分焼いてできあがり！

さめるとコーンフレークがくっつき、パリパリになります。保育園では、ココアを加えたバージョンも作ります。

【レタスしゅうまい】子ども5人分

- ・豚ひき肉…200g
- ・玉葱…80g（みじん切り）
- ・生姜…1カケ（すりおろし）
- ・しょうゆ…小さじ1
- ・塩…小さじ1
- ・片栗粉…5g
- ・ごま油…5g
- ・レタス…100g（千切り）
- ・米粉…20g（小麦粉でもOK）

★玉葱は、電子レンジで3分加熱する。左の材料をすべてボールに入れ、こねてしゅうまいのたねを作る。まるめて、粉をまぶしたレタスをまわりにつけて軽く押さえ、蒸したらできあがり。

※皿にクッキングシートを敷き、しゅうまいを並べて少量の水を加えて、ふんわりラップをかけてレンジで6～7分でもできます。



7月を迎え、早いもので今年度も4分の1を終えました。皆様にとっては、どんな3カ月でしたか？

この4月から入園等で新生活に移行された方も多いため、おひさまひろばやほっとステイ（一時預かり）は、3月の混雑とは違ってゆったりと運営しております。月曜日からその週1週間分のひろばの利用予約受付をしていますが、当日のご予約でも利用できる日もありますので、平日お休みの方や育休中の方「今日何しようかな？」と思うことがあれば、是非ご連絡ください。お待ちしております！

さて、祖師谷保育園は保育の3つの柱の1つに「外遊び」を掲げています。おひさまひろばでも「外遊び」を大切に、園庭や近隣の公園で時折活動をしています。走り回って身体を動かす「動」の遊びの日もあれば、さわやかな戸外で「静」の遊びを楽しむこともありますし、季節ならではの自然探しを企画することもあります。

6月は近くの船公園に出掛けて、おひさまひろばのお友達とその日たまたま公園に遊びに来ていたお友達も一緒にお野菜スタンプをしました。机に広げた模造紙にスタンプだけでなく手形も押すダイナミックな子もいれば、画用紙に丁寧に野菜スタンプを押して紐を通しバッグに仕立てる子もいたり、思い思いに楽しみました。このご時世、室内ではどうしても少人数の活動になりますが、外だと広い空間でいつもより少し多い人数で遊んだりおしゃべりできたり、普段とちょっと違った豊かな時間を過ごせました。来てくださった方、公園でこの日たまたま出会って一緒に過ごした方々に感謝の気持ちでいっぱいです。

毎月の活動が、少しでも新しい出会いとつながりと、そして遊びの広がりのきっかけになれば幸いです。

今月の外遊び－スタンプ遊び－



この看板が目印。
近所の公園に時々
出没します！



ペタペタ..
お野菜、スポンジ
おても..
なんでもペッタン



模造紙に
ダイナミックに
ペッタンしたよ！

番外編－絵本紹介－

いつも食べてる
野菜のおなか
(断面)を
見てみよう！
食育にもなりそう！



野菜のおなかを
ペッタン！
何に変身するかな？

番外編－父の日制作－



子どもの手形足形と
消しゴムハンコを
ペッタン！
パパへのプレゼントを
制作しました！