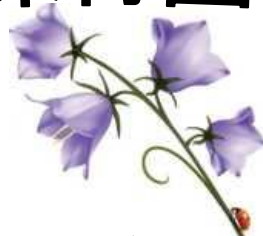


祖師谷保育園だより

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9月号
2021年9月1日発行



暑い暑いといいながら9月を迎えましたが、季節は確実に移り変わっていくことを感じます。夕刻になると、事務所にいても虫の音が聞こえるようになりました。空の高さも秋を感じる一つです。中々遠出はできませんが、小さな自然の中に秋を見つけられると嬉しくなります。しかし、一方では風水災害の秋になりませんようにと祈らずにはいられない昨今です。

もう一つ、大きな災害とも呼べるコロナ禍。まだ先の見えない今、保育園としても秋以降の行事を以下のように考えています。

運動会…先にお知らせしましたように昨年と同じ幼児クラスのみで、園庭にて行います。

ほのぼの会…昨年同様中止とさせていただきます。でも会えないけれどできることはあります。4・5歳児の子どもたちは、おばあちゃん、おじいちゃんに気持ちを伝える方法として、お手紙を書くことを計画しています。必ずしも文字を書く必要はなく、できる表現で伝えられればと思います。

4・5歳児の遠足…延期して4・5歳でそれぞれ1台のバスを用意していくことを考えています。

そしがやまつり…残念ですが中止となります。

卒園生クリスマス会…残念ですが中止となります。卒園生クリスマス会は、せめて1・2年生だけでも園庭でできないか検討中です。

幼児クリスマス会…昨年同様5歳児のみの聖誕劇と礼拝を予定し、5歳児の保護者のみの参加を考えています。

もうしばらくの間、各施設でできることを模索しながらの歩みとなりそうです。

いずれも状況の変化によっては、再考しなければならないこともあると思いますが、ご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

共同で行う子育て

『本来共同で行うべき子育てが、現代社会での子育ては孤独な作業となりました。』とおっしゃるのは、武庫川女子大学教授の倉石先生です。現代社会は、子育て世代を孤独に追い込む装置が構造的に働いていると。情報にアクセスしやすく、自己解決の習慣が身に付くと、人に頼ることに煩わしさを感じる人もいるとのこと。本来一人で生きることにはできないのが人間です。コロナ禍の今は、十分にはできませんが、他者と交わり、困った時、悩んだ時は人に頼って子育てしましょう。身近な大人が、気軽に人に頼るその姿は、子どもたちが“人に頼っていい”ということを学ぶ機会でもあると思うのです。

園長 伊藤美代子

9月の聖句

「あなたがたは神の畑、神の建物なのです。」コリントの信徒への手紙1、3章9節

わたしたちが神さまの畑？建物？どういう意味なのでしょう。畑に蒔かれた種は豊かな食物を実らせ、建物は私たちをそこに安心して住まわせ、憩わせ、この御言葉は私たちを畑と建物にたとえて、一人ひとりが神さまに豊かに用いられている存在であることを教えるとともに、畑を耕し、豊かな実を結ぶように育ててくださる神さまの愛情、そして私たち一人ひとりを建て上げてくださる神さまの素晴らしさを伝えていきます。

祖師谷教会牧師 小河由美子



ほけんだより

2021. 9

7・8月世田谷区でRSウイルス感染症に多数罹患した報告がありました。祖師谷保育園でも見られています。気を付けて過ごしましょう。

防災週間(8月30日～9月5日)

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしに備え、非常食や水、ラジオ、充電器、懐中電灯などまとめておきましょう。「ローリングストック法」は子どものいる家庭にお勧めです。定期的に備蓄している非常食(普段の買い物で保存が効きそうなものを多めに買って備蓄)を食べていることで、災害時でも普段に近い生活を送ることができるためストレスがかかりにくいです。生活用品も普段の買い物にプラスして、保存が効きそうなものを多めに買ってローリングストックしてみてください。

おうちの中にも事故やケガを招く危険なものがたくさんあります。

事故を防ぐために、確認してみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かいもの)
- ・踏み台になるものをベランダに置かない。
- ・コンセントはいたずらができないようにする。
- ・遊び食べに注意(食べ物がのどに詰まることもある。)
- ・浴室には子ども一人で勝手に入れないように工夫する。



もうすぐ運動会 一うまれつき運動が苦手な子はいない！

「運動神経が悪いから、運動は苦手」という話を聞いたことはありませんか？しかし、本来生まれつき運動が苦手という人はいないのです。わたしたちが運動をする時に実際に動くのは「筋肉」ですが、その筋肉が動くように指令を出すのは「脳」です。「体を動かせ」という指令が脳から筋肉に送られる時に、情報の通り道になるのが「運動神経」です。人間の神経細胞がもっとも発達するのは3～8歳頃。この期間をゴールデンエイジと呼び、いろいろな動きを経験すると巧みさが身について運動が得意になる可能性が高くなります。ぜひ、遊びの中で、楽しく、子どもの興味のあることに挑戦させてみてください。「東京大学大学院総合文化研究科」教授 深代千之「運動が、身体を動かすことが楽しくて、好きなお子さんになるには、保育園～小学低学年がカギということですね。」

新型コロナウイルスの感染予防、引き続きお願いします！

最初の頃、子どもは感染しにくいといわれていましたが、8月27日時点で世田谷区内の保育園における新型コロナウイルス感染症の人数は45名。無症状のお子さんも多いと聞きます。祖師谷としても今後も感染症対策を行い、感染を広げないよう努めていきます。風邪症状がみられる場合は早めに受診していただくなど、ご協力をお願いいたします。

インフルエンザワクチンの予防接種をしましょう。

昨年は感染予防を徹底したためか、ほとんど流行は見られませんでした。今年はどうか分かりませんが、かかりつけ医に連絡、相談の上、予約してはいかがでしょうか。





2021 年度

食事だより



9月号

社会福祉法人 雲柱社 祖師谷保育園

セミの声が遠ざかり、スズムシの合奏が聞こえてくるようになりました。スーパーに並ぶ食材もメロン、スイカ、ゴーヤなどから、ぶどうや柿、梨、きのこ類にさつま芋など秋の食材が店頭で並ぶようになり秋の訪れを感じます。

朝夕の暑さは落ち着くものの日中は、夏のようにまだまだ暑い日が続きます。また、台風シーズンで気候が安定せず、体調を崩しやすい季節でもあります。子ども、大人も水分と睡眠、3食の食事をしっかり摂るようにしましょう。栄養バランスを考える上で一番簡単なのは、できるだけ多種類の食材を摂ることを心がけることです。色々な食品を食べていればトータルで幅広く栄養素が摂ることが期待できます。汁物などたくさんの種類の野菜を入れることをおすすめします。

●9月の献立は、子どもたちの好きな絵本や手遊びからたくさん取り入れています！



牛より鬼より強いきんぴらたろうの秘訣は、おっかさんが作ったきんぴらをよくかんでたべること。

1日：つきぐみ 紙芝居「きんぴらたろう」より

きんぴら炒め



お弁当箱にミートボールやたまご焼き、たこさんウィンナーにブロッコリーなどのおかずが次々と詰められておいしいお弁当の出来上がり！

3・17日：あひるぐみ 絵本「おべんとう」より

あひるぐみ 17日タコウィンナーを追加して弁当箱につめます



大きなフライパンめいっぱいのふんわり黄色いカステラを作ろう！

6・30日：ほしぐみ 絵本「ぐりとぐら」より

たまごは入らないけれど、おやつを子どもたちの目の前で保育園の大きなフライパンを使って、**パンケーキ**を焼く予定です。



「こんばんは」とみんなが声をかけたくるいいお顔のお月様。乳児が大好きな絵本です。

21日：十五夜 絵本「おつきさまこんばんは」より

おやつ **お月様蒸しパン**

★14・28日：あひるぐみ 手遊び「やきいもグーチャーパー」より おやつ **焼き芋**

♪やきいも やきいも おなかがグー ほかほか ほかほか あちちの チー たべたらなくなる なんにも パー
それ やきいもまとめて グー チー パー♪

午前中破いた新聞紙の中にさつま芋を隠して、さつま芋探しをする予定です。



ふーちゃんは鉄分たっぷり食べものが嫌いで、すぐに疲れてふらふら。元気な血を作る美味しい料理を考えます。

15・29日：つきぐみ紙芝居「ふらふらふーちゃん」より

お昼の献立が、**鉄分たっぷりメニュー**となっています。



病気でお休みしているバニラにお見舞いを買いに出かけたチョコが出会ったのがかわいいおしやまなりんごちゃん。

15・29日：つきぐみ 紙芝居「りんごちゃん」より

おやつ **おろしりんごを使ったフレンチトースト**

●食育コラム「東京オリンピック 2020 開催」

緊急事態宣言中、そして賛否両論のなかでのオリンピック・パラリンピックの開催となりました。開催の是非についてはわかりませんが、選手たちの勝負にかける真剣な眼差し、試合後のうれし涙やくやし涙に心を奪われなかった人はいなかったのではないのでしょうか。私個人的に特に印象に残っているのは、今年はじめてオリンピック競技となったスケートボード女子パークとボルダリング競技です。スケートボードでは、世界ランキング 1 位の岡本選手が競技中に転倒してしまい 4 位という結果に終わってしまいました。競技後、涙を流す選手にライバル選手が駆け寄り、リスペクトを込めて抱きかかえて称賛する姿が、競うだけでなく国籍を超えてスポーツを楽しみ、大会を楽しむ、まさにオリンピック開催の意義を表しているようで心が奪われました。ボルダリングも競技前オブザベーションという、どうコースを攻略するかを考える時間にライバル選手と一緒に話し合いをしている場面があり、ライバルであっても同じ課題に取り組む仲間という思いが強く、大会に挑む姿勢が相手を打ち負かすという今までのオリンピック種目とは違って、新しいスポーツ競技の在り方を見ているようで感動しました。大会後、食事の時に子どもたちが「私は、ナオミのようなテニス選手になりたい！」「水泳で金メダルをとりたい！」「飛び込みの選手になりたい！」「何でも金メダルを取って台にのぼりたい！」とオリンピックの話題が出ていました。どの子も未来を見つめる目がキラキラと輝き、先の見えない暗い今、子どもに夢や希望を与えてくれたオリンピック、一生懸命な姿が言葉はなくとも子どもの心を動かしたのだなあとても明るい気持ちになりました。「オリンピック選手になるには、たくさん練習をするんだよ。でも練習だけではだめで、強い体を作らなきゃいけないんだ。そのために、ごはんもお肉もお魚も、お野菜もたくさん食べているんだよ！オリンピック選手は、食べることもトレーニングの 1 つって思ってるんだよ！」と子どもたちに伝え、日頃好き嫌いの多い子たちが一生懸命残さず食べていました。オリンピック効果は、まだ継続中でこの夏よく食べてくれるようになりました。私も夢を追い未来に輝ける子どもたちの身体づくりを応援できるよう、栄養たっぷり、愛情たっぷりの食事を作っていきたいと思います！みんなの将来が楽しみです！

●保育園の非常備蓄食について

日本栄養士会が発行している「保育所における災害時対応マニュアル～給食編～」を基盤とし、“昼食+おやつを職員+園児分、約 5 日間”の準備をしています。離乳食はベビーフードと液体ミルクを用意しています。毎年、9 月の総合避難訓練では、幼児が非常食を美食し、食べやすさや、調理のしやすさ、調理時間を確認、次の購入時の検討をしています。9 月以外でもフードロスを減らすため賞味期限を迎える前に給食で使用する場合がありますので、ご了承下さい。

* 使用する非常食の原材料は、テラス側展示食コーナーに掲示しますのでご確認ください。

●9月のメニューからレシピ紹介

【おろしりんごのフレンチトースト】

- ・食パン… 6 枚切り 5 枚
- ・バター… 25 g
- ・砂糖… 50 g
- ・牛乳または豆乳… 200 cc
- ・りんご… 200 g

★りんごはすりおろして、バターは完全に溶かす。
ボールに食パン以外の材料を合わせて、よく混ぜる。
食パンに作った溶液をたっぷり浸して、オーブン
170℃で 15 分焼いたらできあがり！
フライパンで焼く場合は、バターはボールに入れずに
フライパンに敷いて焼く。

【マンガ肉バーグ】 子ども 5 人分

- ・豚ひき肉… 200 g
- ・玉葱 … 80 g (みじん切り)
- ・大豆水煮または豆腐… 40 g (大豆はつぶす)
- ・塩… ひとつまみ
- ・ソース、ケチャップ… 各 10 g
- ・パン粉… 30 g
- ・油… 小さじ 1
- ・ごぼう… 100 g

★ごぼうは、長さ 10 cm、太さ 1/4 に切り、柔らかくゆでおく。
玉葱は、電子レンジで 3 分加熱する。玉葱、肉、大豆、塩、ソース、ケチャップをボールでこねてハンバーグ種を作る。ごぼうを骨付き肉の骨に見立てて、ごぼうの真ん中にハンバーグ種を巻き付けまわりにパン粉をまぶして、オーブンまたはフライパンで焼いたらできあがり！



8月は梅雨のような雨続きだったり、スコールのような雨が降ったり、お天気に振り回された日もありましたが、いかがお過ごしでしょうか？

おひさまひろばは、お盆の週に夏休みをいただき通常より開所日数が少なかったのですが、「8月」という月は私たちスタッフにとって「ちょっと特別な月」です。というのも、4月から入園して新生活を始めた方々が、夏休みを利用して久しぶりに遊びに来てくださることがあるからです。

久しぶりの来所に、しばらく恥ずかしがる姿を見せていても少し経つと笑顔が戻り、以前より創造的な遊び、上手なおしゃべりなど、成長した姿をみせてくれる…ひろばにある以前と同じ「モノ」に、成長した「ヒト」が関わると新たな「コト」が生まれることを実感します。夏休みにおひさまひろばを思い出して、変わらぬ笑顔と成長した姿を見せてくださることは、スタッフにとって何よりのご褒美であり「特別な8月」なのです。

さて、8月は幼稚園組がお顔をみてくださいましたが、9月は復帰したママたちで久々にママ同士話す機会が持てたと思い、9月は11日土曜日に「復帰ママのおしゃべり会」を企画しました。ご都合が合えば、園児の皆様も親子で是非いかがですか？ホームページに掲載の、おひさまひろばの9月の予定表ご確認ください、ひろばまでお問合せください！（ひろば直通：070-2472-3884）



おひさまひろばへ

お か え り な さ い

大好きなレールを
サクサク組み立て
DIGNOと踏切を組み合
わせてトンネルに



「いいこと考えた！」
とビニールテープで
鉄橋の下に川を作ったよ



花はじきのパーツが
あるときはおにぎり
に、あるときはケーキ
のクリームに！



ろうそく点火して
パーティの始まり



ママの真似して
お洗濯ごっこ



ぱっとん落としの
ホースはケーキの
ろうそくに！