



**七夕の会(乳児)**

7月7日(月)、こぐま組にて「七夕の会」を行いました。はじめに、保育者による織姫と彦星のお話のペープサートを見ました。織姫と彦星が一年に一度だけ、天の川を渡って会うことが出来るお話に、と見入る子どもたちの姿が印象的でした。お話の最後では、織姫と彦星がまた会えるようにと、子どもたちでお空にたくさん星を貼って、星の架け橋を作りました。その後、キーボードに合わせて「た



なばたさま」のお歌を歌い、各クラスの子どもたちが作った七夕製作の発表。記念撮りもして、楽しいひとときを過ごしました。

行事を通して季節の行事に親しむ経験や、みんなで一緒に楽しむ喜びを感じることが出来たように思います。

今年の7月7日、皆さんは夜空を見上げることは出来たでしょうか。織姫と彦星は、星の架け橋を渡って無事に会う事は出来たのでしょうか。どうか皆さんの願い事が叶いますように。(保育士 細川)



**七夕の会(幼児)**

幼児フロアでは、りす組うさぎ組・きりん組の3クラスで七夕の会を行いました。

まずは七夕や笹飾りの由来のお話からスタートです。少し難しい言葉もありましたが、分かりやすいイラストや実際の笹飾りを見ながら自分たちなりに「なるほどね!」「可哀想!」「そうなのか!」などと由来を理解することができていました。

次は七夕クイズ! 先ほどの由来のお話からのクイズだっ

たので、自信を持って「はい!!」と答える姿がありました。また、お友だちと「違うよね?」「こっちはじゃない?」と相談しながら楽しそうでした。そして、きりん組は前冊に出た二人ずつ短冊に書いた願い事を発表しました。みんなの前に出ると「緊張する」と言っていたのですが、自分の番にな



ると大きな声で発表することができ、拍手をもらい嬉しそうでした。

短い時間でしたが、七夕について沢山知ることができました。また、おいしい行事食でさらに七夕を感じていました。翌日から「たなばたさま」を歌う声がちらほら聞こえてくる幼児のお部屋でした。(保育士 鈴木)



# ニコちゃん新聞

社会福祉法人杉の子会 2025  
〒169-0072 東京都新宿区  
大久保2丁目11番5号  
エイビイシイ保育園  
TEL 03-3232-9633

いまこ傑作写真集



・クラス活動の様子(毎月1日)  
・誕生日会(毎月1日)

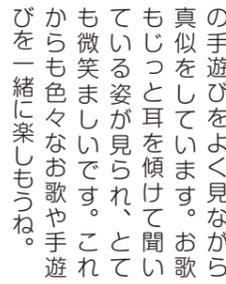
## 今月の遊び

### 〇〇釣り

今月はこぐま組の遊びを紹介します。こぐま組ではこびとづかんが大流行中!そこで魚釣りではなくこびと釣りをしています。最初は磁石同士がくっついてなかなか上手く釣れなかったのですが、すぐにコツを掴み、沢山釣ることができていました。みんな大好きなこびとを釣れて大喜びでした★



★乗り物大好き★  
あつとくん 2歳



お歌が大好き  
けんちゃん 1歳



いつもここに  
じゅのちゃん 1歳



お歌大好き♪  
みいやちゃん 2歳



みんなのおねえさん  
しおちゃん 3歳



りす組のお姉さん!  
あゆちゃん 4歳

けんちゃんは手遊びやお歌が大好きです。サークルタイムでは、保育者の手遊びをよく見ながら真似をしています。お歌もじつと耳を傾けて聞いている姿が見られ、とても微笑ましいです。これからも色々なお歌や手遊びを一緒に楽しもうね。

「じゅのちゃん」とお名前を呼ぶと、いつも笑顔で応えてくれて、回りのみんなも癒されています。つまり立ちや伝い歩きで探索しながら、体をたくさん動かして遊ぶ毎日です。これからも、お友だちと一緒に色々な遊びを楽しもうね。

とくん!車の絵本があるといつもニコニコ笑顔で取りに行き、指を指して「ぶーぶー」と保育者やお友だちに教えてくれます。これかもたくさん一緒に遊ぼうね!

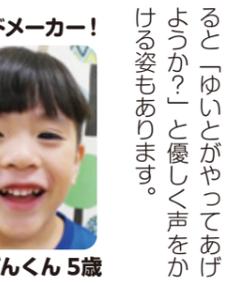
好きな歌が聞こえてくるとパッと目を輝かせ口ずさむみいやちゃん。元気な歌声とキラキラの笑顔はみんなをいつもここにこにしてくれます。これからも楽しいお歌をたくさん歌おうね!

お話が上手で、いろいろなことを教えてくれるお友だちに「〇〇だよ」と教えてあげたり、玩具をそっと渡してあげたりとみんなのおねえさんのようです。これからもお友だちといっぱい遊んで、素敵な姿をみせてね☆

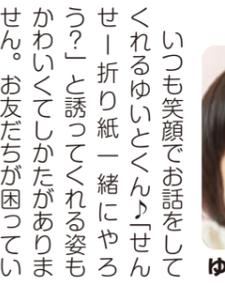
いつも笑顔でお話をしてくれるゆいとくん!「せーせー折り紙一緒にやろう?」と誘ってくれる姿もかわいくてしかたがありません。お友だちが困っているときに「ゆいとがやっつてあげようか?」と優しく声をかける姿もあります。



ムードメーカー!  
てんげんくん 5歳



甘い上手♪  
ゆいとくん 4歳



先生紹介  
中谷先生

いつも笑顔でお話をしてくれるゆいとくん!「せーせー折り紙一緒にやろう?」と誘ってくれる姿もかわいくてしかたがありません。お友だちが困っているときに「ゆいとがやっつてあげようか?」と優しく声をかける姿もあります。

今年度4月に入職をしました。ひよこ組保育補助をしています。大久保敦子と申します。4月から3ヶ月半が経ち、ひよこ組の可愛い子どもたちは、私たち保育者のことをしっかりと覚えてくれました。「こんにちは」と出動をすると、ハイハイや歩きで近寄ってきてくれて「あ、先生来た!抱っこしてね」と言っているような笑顔を見せてくれるので、出勤途中の熱さや疲れも吹っ飛び、本当に嬉しい気持ちになります。目と目を合わせて抱っこをすると、身体全体から安心している感じが伝わってきて、お互いが幸せな気分になるので、本当に保育はよい仕事だなあとしみじみと感じています。こんな風に、子どもも大人も保育を通してお互いが幸せを感じられる瞬間を積み重ねていくことを大切に、子どもたちの言葉にならない言葉に寄り添える保育を紡いでいきたいと思っています。

んな遊びにも対応できることができて作ったものをいつも見せてくれます!雰囲気明るくしてくれるムードメーカーです!

げんきいっぱい、色々なお友達と楽しく遊べるてんげんくん。戦いごっこからアイクリップやブロックを組み立てることまで、ど

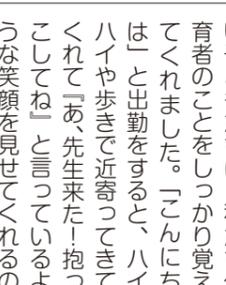
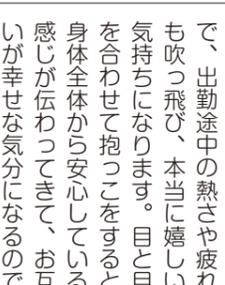
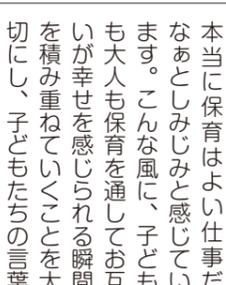
んな遊びにも対応できることができて作ったものをいつも見せてくれます!雰囲気明るくしてくれるムードメーカーです!

今年度4月に入職をしました。ひよこ組保育補助をしています。大久保敦子と申します。4月から3ヶ月半が経ち、ひよこ組の可愛い子どもたちは、私たち保育者のことをしっかりと覚えてくれました。「こんにちは」と出動をすると、ハイハイや歩きで近寄ってきてくれて「あ、先生来た!抱っこしてね」と言っているような笑顔を見せてくれるので、出勤途中の熱さや疲れも吹っ飛び、本当に嬉しい気持ちになります。目と目を合わせて抱っこをすると、身体全体から安心している感じが伝わってきて、お互いが幸せな気分になるので、本当に保育はよい仕事だなあとしみじみと感じています。こんな風に、子どもも大人も保育を通してお互いが幸せを感じられる瞬間を積み重ねていくことを大切に、子どもたちの言葉に

今年度4月に入職をしました。ひよこ組保育補助をしています。大久保敦子と申します。4月から3ヶ月半が経ち、ひよこ組の可愛い子どもたちは、私たち保育者のことをしっかりと覚えてくれました。「こんにちは」と出動をすると、ハイハイや歩きで近寄ってきてくれて「あ、先生来た!抱っこしてね」と言っているような笑顔を見せてくれるので、出勤途中の熱さや疲れも吹っ飛び、本当に嬉しい気持ちになります。目と目を合わせて抱っこをすると、身体全体から安心している感じが伝わってきて、お互いが幸せな気分になるので、本当に保育はよい仕事だなあとしみじみと感じています。こんな風に、子どもも大人も保育を通してお互いが幸せを感じられる瞬間を積み重ねていくことを大切に、子どもたちの言葉に寄り添える保育を紡いでいきたいと思っています。

今年度4月に入職をしました。ひよこ組保育補助をしています。大久保敦子と申します。4月から3ヶ月半が経ち、ひよこ組の可愛い子どもたちは、私たち保育者のことをしっかりと覚えてくれました。「こんにちは」と出動をすると、ハイハイや歩きで近寄ってきてくれて「あ、先生来た!抱っこしてね」と言っているような笑顔を見せてくれるので、出勤途中の熱さや疲れも吹っ飛び、本当に嬉しい気持ちになります。目と目を合わせて抱っこをすると、身体全体から安心している感じが伝わってきて、お互いが幸せな気分になるので、本当に保育はよい仕事だなあとしみじみと感じています。こんな風に、子どもも大人も保育を通してお互いが幸せを感じられる瞬間を積み重ねていくことを大切に、子どもたちの言葉に寄り添える保育を紡いでいきたいと思っています。

今年度4月に入職をしました。ひよこ組保育補助をしています。大久保敦子と申します。4月から3ヶ月半が経ち、ひよこ組の可愛い子どもたちは、私たち保育者のことをしっかりと覚えてくれました。「こんにちは」と出動をすると、ハイハイや歩きで近寄ってきてくれて「あ、先生来た!抱っこしてね」と言っているような笑顔を見せてくれるので、出勤途中の熱さや疲れも吹っ飛び、本当に嬉しい気持ちになります。目と目を合わせて抱っこをすると、身体全体から安心している感じが伝わってきて、お互いが幸せな気分になるので、本当に保育はよい仕事だなあとしみじみと感じています。こんな風に、子どもも大人も保育を通してお互いが幸せを感じられる瞬間を積み重ねていくことを大切に、子どもたちの言葉に寄り添える保育を紡いでいきたいと思っています。



**編集後記**

毎年地元のお祭りに参加しています。大人のお神輿をかかっています。足袋を履いてはつびを着て大勢で楽しく夏祭りをしています。また、屋台もたくさんあり、焼きやうなぎ、焼きそばなど、夏祭りに行きましたか? 屋台で何か買いましたか? これから行かれる方は、楽しんでください!

(保育士 澤田)

**今月の歌**

うみ  
海は広いな 大きいな  
月がのぼるし 日が沈む  
海は大波 青い波  
ゆれてどこまで続くやら  
海にお舟を浮かぼして  
行ってみたいな よその国

作詞: 林柳波  
作曲: 井上武士

# 8月 献立表

◎今月の給食目標は、先月に引き続き『しっかり食べて、夏の暑さに負けない元気なカラダをつくろう』です。夏の暑さのなかでも食べやすいよう食欲を増進するさっぱりした食べやすいメニューを多く取り入れ作成しました。

日	曜	昼食	おやつ	夕食
1・25	金・月	●玄米入りご飯 ●鶏肉のレモン焼き ●いんげんとチーズのサラダ ●かぼちゃのみそ汁	●ブルーベリーマフィン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●さばの油淋鶏風 ●おくらの塩昆布和え ●高野豆腐のみそ汁
2・16	土	●玄米入りご飯 ●スズキの梅ソース ●かぼちゃのクリームチーズ和え ●赤みそのみそ汁	●のり揚げせんべい ●いりこ	●焼き肉丼 ●ビーフンのカレー炒め ●じゃが芋のみそ汁
4・18	月	●玄米入りご飯 ●鶏肉のマーマレード焼き ●モロヘイヤの青じそサラダ ●なすのみそ汁	●ピザパン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●あじフライ ●トマトのごまドレッシング ●おくらのみそ汁
5・19	火	●玄米入りご飯 ●カジキの磯辺揚げ ●小松菜とささ身の和え物 ●豆腐のみそ汁 ●ブルーベリー	●みそ焼きおにぎり ●いりこ	●焼きそば ●ゴーヤのツナサラダ ●わかめスープ
6・20	水	●トマト入りマーボー豆腐丼 ●ひじきのナムル ●えのきのスープ	●はとむぎおこし	●玄米入りご飯 ●鮭の南蛮漬 ●かぼちゃのそぼろ煮 ●モロヘイヤのみそ汁 ●甘夏
7・21	木	●玄米入りご飯 ●カレイの葱みそ焼き ●じゃが芋のカレーきんぴら ●えんさいのすまし汁 ●バナナ	●かぼちゃのパウンドケーキ ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●鶏肉のヨーグルト唐揚げ ●なすと桜えびの土佐酢和え ●京菜のみそ汁
8・22	金	●玄米入りご飯 ●鶏肉のモロヘイヤソース ●きゅうりのしらす和え ●生揚げのみそ汁	●セサミトースト ●いりこ	●玄米入りご飯 ●めだいのチーズムニエル ●冬瓜とペーコンの炒め煮 ●なめこのみそ汁
9・23	土	●玄米入りご飯 ●鮭のバーベキューソース ●おくらの梅おかつサラダ ●じゃが芋のみそ汁	●きな粉ウエハース ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●コーヤーチャンプル ●ハリハリ漬け ●小松菜のみそ汁 ●ブルーベリー
12・26	火	●ゆかりご飯 ●ぶりの照り焼き ●コリンキーの甘酢漬 ●おくらのみそ汁 ●甘夏	●お好み焼き、いりこ ●26日:誕生会おやつ	●玄米入りご飯 ●鶏肉のマリネ ●ポテトサラダ ●えんさいのみそ汁
13・27	水	●夏野菜とひき肉の手作りカレーライス ●海藻サラダ ●苺ジャムヨーグルト	●玄米せんべい	●ツナチャーハン ●ハンパンジー ●白なすの中華スープ ●ブルーベリー
14・28	木	●玄米入りご飯 ●揚げ鮭のマヨソース ●トマトのゆずドレッシング ●切干大根のみそ汁	●ヨーグルト蒸しパン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●豆腐つくね ●モロヘイヤの磯和え ●かぼちゃのみそ汁
15・29	金	●玄米入りご飯 ●生揚げとピーマンの中華炒め ●春雨サラダ ●冬瓜のみそ汁 ●ブルーベリー	●ボンデケーキ ●いりこ	●おくら納豆ご飯 ●カレイのみそ焼 ●えんさいのゆかり和え ●豆腐のすまし汁
30	土	●玄米入りご飯 ●めだいのピザ風焼き ●きのごサラダ ●モロヘイヤのみそ汁	●カップケーキ ●おしゃぶり昆布	●ピピン丼 ●ラディッシュとじゃこのサラダ ●油揚げのみそ汁 ●甘夏

<b>今月の平均</b> (昼食+おやつ+夕食)の合計	<b>乳児平均</b>	<b>エネルギー 762cal</b>	<b>たんぱく質 30.6g</b>	<b>脂質 23.7g</b>	<b>食塩(ナトリウム量) 1.8g</b>
	<b>幼児平均</b>	<b>エネルギー 954cal</b>	<b>たんぱく質 38.3g</b>	<b>脂質 29.6g</b>	<b>食塩(ナトリウム量) 2.3g</b>

緑の食品はやはり野菜が中心なので、三色の中ではいちばん子供からの人気が高いかもしれません。しかし食事バランスを考えると、脂質を占めているほど大切な食品グループです。

献立を考える際は、黄の食べ物のご飯やパンなどの主食を中心に、3色食品群の食べ物すべてが含まれるように心がけましょう。

また、3色の食べ物揃っていても特定の色の食べ物が多すぎたり、少なすぎたりしないようバランスに気を付けましょう。食品群の各グループからそれぞれ2種類以上の食品を組み合わせて摂ると、バランスの良い食事になります。



**緑**

**主菜「赤」が多い**



**副菜「緑」が多い**



**主食「黄」が多い**



**汁物(不足を補助)**



また、調理法の異なる料理を組み合わせることもおすすめです。主菜を揚げ物にした時、副菜をノンオイルの献立にすることで、脂質の調整を行います。

焼く、煮る、揚げる、蒸すなど様々な調理法の組み合わせることでバランスの良い食事を楽しみましょう。

インの食材として取り入れます。そしてそれぞれの色から1種類以上のサブとなる食材を組み合わせるとイメージしやすいです。たくさん摂ることが難しい野菜は副菜だけでは量が少ない時は、汁物や果物を献立に加えて不足する栄養を補いましょう。

参考文献：『読む栄養補給NUTRITION』幼児期からはじめる食育のススメ。食の興味をバランスよく育てる。

(栄養士 竹谷)

### 褒める叱る時のポイント★

副園長 富田千尋

まさに夏真っ盛り暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。そんな中でも、子どもたちは元気いっぱいに過ごしています。保育園では、沢山のお友だちがいます。意見の相違から小さなトラブルが起きたり、想定外の場面もあります。しかし、そのつとつが子どもたちには貴重な経験になっていきます。

今回は「褒める叱る」について、お話をさせていただきます。子どもを育てる中で、「どう褒めたいのか」「叱り方が難しい」と感じたことはありませんか。褒めることも叱ることも、子どもの心の成長にはとても大切です。しかし、やり方一つで子どもの受け取り方が大きく変わってしまふこともある為、少し工夫が必要で、まず「褒める」ことについてですが、褒める時は、結果よりも努力や過程に目を向け、「すごいね」だけでなく、「最後まであきらめなかつたね」と、行動が効果的に認められる声かけが効果的です。子どもは、自分の行動を



見てもらえていることで、自信と安心を育てていきます。一方で「叱る」ことも必要な場面があります。叱るとは、怒鳴ったり感情をぶついたりすることではなく、社会のルールや他者の気持ちを伝えることです。例えばお友だちを叩いてしまった時、「そんなことしないで！」だけではなく、「叩くのではなく、言葉で伝えてあげようね」と、なぜダメなのか、どうすれば良かったのかを子どもが理解できるように伝えてあげることが大切です。また、叱る時は「子どもの存在や人格」を否定せず、「行動」を改める言葉かけを心がけると、子どもは自己肯定感を持ちながら行動を改めることができます。子どもは日々、大人の姿を見て育ちます。完璧である必要はありませんが、大人が落ち着いて関わることで、子どもも安心して自分の気持ちを出せるようになります。私たち職員も、園での生活の中で「褒める叱る」のバランスを大切にしながら、一人ひとりの成長を見守っています。前向きに生きていくことができるような経験ができれば、自分らしく生きていくことができます。保育園が、生きる力の基礎を培う場になればと願っています。

何か心配なことがあれば、どうぞいつでもお気軽にご相談ください。

### プラネタリウム

7月11日(金)にコスミックセンターにあるプラネタリウムに行ってきました！本日は7月3日に行く予定でしたが、機械のトラブルにより延期になってしまいました。急な予定変更にご協力いただきありがとうございます。

当日、コスミックセンターに到着し、エレベーターで8階へ行ってみるとエイビイシイ保育園だけが合同で鑑賞する予定でしたが日程が変更になったおかげで貸し切りになり「きゃー！」と言ったり、星空を見て「きれいー！」と言ってみたりと素直に気持ちを口に出して鑑賞できました！七夕にちなんで織姫と彦星の星を教えてくださいました。その周りにある星座などを教えてもらいながら星空に浮かんだ絵本を2冊読み聞かせてもらいました。鑑賞後も子どもたちは「楽しかったね！」「また行きたい！」と興奮が止まらない様子で帰り道を歩いていました。(保育士 木村)



### 子育て深夜便

今月はあひる組のお泊まりの様子をお伝えします。夕食を終えたと待ちかねのお風呂の時間です。湯船には入れた湯水をバシャバシャ叩いたり、蛇口から出る湯水を手で掴もうとしたり、湯水の感触に興味津々な姿があります。水遊びが大好きなあひる組は、入浴の間も大好きです♡顔にお湯がかかってもおさまらないので、お風呂の時間を楽しんで遊んでいます。入浴を終えて遊べる遊びを用意し、寝るまでの時間をゆつたりと過ごしています。19時45分頃になると本園に移動します。お月様を探したり、お散歩中の猫に「おやすみ」と



挨拶をしたり、暗くなった夜道ならではの発見と一緒にしながら、夜間保育園ならではの時間を楽しんでいます。布団に移動すると、たくさん遊んで疲れた子どもたちは次々と夢の中へ。4月当初に比べると、体力が付いてきた子どもたちは、まだまだ遊び足りない元気な姿もありません。これも成長の証！トントンをしたり、耳を触ったり、足をマッサージしたりと、寝かしつけの方法は様々ですが、一人ひとりが求める寝かしつけの方法を心掛け、体が休まるようにしています。翌日の保育園が楽しみになるよう、幸せな気持ちで1日が終われるよう、エイビイシイ保育園ならではの時間を、大切にしながら過ごしていきたいです。

(保育士 山崎)



【今月のねらい】  
 ★休息を十分に取り、安定した生活リズムの中で元気に過ごせるようにする。  
 ★夏ならではの遊びを、保育者と一緒に楽しむ。  
 8月に入り、暑さも一段と厳しくなってきました。それでも子どもたちは暑さに負

けず、毎日が新しい発見の連続です。目に映る景色や耳に入る音、手で触れる感など日常の中の様々な事に興味を持ち、五感（視覚・聴覚・触覚・嗅覚・味覚）をたくさん使いつつ、心と体を育てています。子どもたち一人ひとりの発達に合わせて丁寧な関わりを、今後も大切にしていきたいと思っています。

【お昼寝】  
 昼食を食べ、しばらく遊んだ後は、お昼寝の時間です。オムツ交換をし、サークルタイムで、手遊びや絵本を楽しむ、「おやすみなさい」の歌をうたうなど、気持ちよく入ります。お昼寝は体をしっかりと休ませる大切な時間です。お部屋にオルゴールの音楽を流し、心地よい雰囲気の中で子どもたちは夢の世界へ。途中で目が覚めた時にも、そっと背中をさすったりする事で、また安心して眠れるようにしています。少しずつお昼寝のリズムも整い、みんな落ち着いて眠れるようになってきました。子どもたちの寝顔は、とても可愛らしく毎日癒されています。

【食事】  
 4月はまだ食べさせてもらっていた子どもたちも、少しずつ「自分で食べたい」という気持ち芽生えてきました。保育者がそっと手を添えて、スプーンで飯をのせてあげると、自分で口まで運ぼうとする姿や手づかみ食へも見られます。「上手に食べられたね」と声を掛けることで、こころに満足する表情を見せてくれる子もいます。「自分で出来た」という達成感や、「褒められて嬉しい」という気持ちも重なり、子どもたちの意欲はさらに高まっています。

【散歩】  
 気温が高い日が続いています。先日は1歳児のあひる組さんと一緒に公園まで散歩に出かけました。いつもと違う景色に、子どもたちは大喜びで指を指して興味を示したり、楽しそうに話をしていました。これからも暑さに気を付けながら、楽しく過ごせるような遊びを取り入れていきたいと思っています。

【製作】  
 毎月、季節に合わせたテーマで製作を行っています。色々な技法に触れながら、感觸や色の変化を楽しんでいます。今はまだ、手型や足型が主ですが、これからはクレヨンや絵の具などにも少しずつ挑戦し、自由に表現する楽しさを感じられるようにしていきたいと思っています。先日は、シール貼りの遊びを楽しみましたが、台紙からシールを剥がすのが、とても楽しいようで、楽しみながら指先の力を育むことが出来ていました。分園の階段の壁に、製作物を提示していますので、是非お子様の毎月の作品をご覧ください。  
 (保育士 細川)

保健

暑さの厳しい日が続いていますね。夏は楽しいイベントが多いと思いますが、この時期は暑さで食欲不振や睡眠不足になりがちです。活動と休息のバランスに注意して、楽しい夏を元気に過ごしていきたいですね。

虫にやられたらどう注意

とびひは虫刺され、あせも、湿疹、すり傷などのかきこわしにばい菌が入りかゆみの強いジクジクや水ぶくれになります。触ることによって身体の他の場所や他のお子さんに移る可能性があります。

治療は早めに

気温の高い時期は悪化するの早いという間です！早めの受診が大切。軟膏を塗るだけのこともありますが、飲み薬も飲んだ方が治りが早い場合もあります。かきこわさないため、他のお子さんへの感染予防のためにも、登園する時は患部をガーゼなどで保護しましょう。

とびひの予防法

★虫よけ対策をする  
 ★かきこわしそうな虫さされ、すり傷などはガーゼで覆う。  
 ★爪はいつも短く切っておく  
 ★手はいつもきれいにしておく



あせもに気をつけよう

あせもとは汗の出口がふさがれて炎症がおこったものです。

注意したいあせもは？

赤いぶつぶつがたかさんあらわれます。かゆみがあり、炎症を起していることも。かきこわしやあせもかするので、適切なケアやひどい時は治療が必要です。

あせもを予防しよう

- 汗を多くかく場所：頭や顔、おなか、背中
- 皮膚が重なる場所：ひざの裏、手足のくびれ
- すれやすい場所：おむつの当たるところ、首周り

予防のポイント

- ① おむつはこまめにとりかえる
  - ② 吸水性、通気性のいい服装を選ぶ
  - ③ 汗をかいたら、やさしくふいてあげる→言葉が分かるようになったら「汗をかいたね」とおしえてあげてもOK
  - ④ お風呂ではせっけんをしっかりと泡立て洗い
  - ⑤ お風呂から上がった後は、少し熱が冷めてからバスタブを着せる
  - ⑥ エアコンや扇風機を上手に活用する
- (おやすめの設定温度は28度)



給食記事

三色食品群とは？

「三色食品群」は、見た目の色ではなく、食べ物に含まれる栄養素の働きをもとに「赤」「黄」「緑」の三色に分類したものです。毎食3色を揃えて食べることで食事バランスが整いやすくなり、栄養の偏りが少なくなります。また分類が解りやすいことから、子どもに食べ物の持つはたらきを伝えることに効果的です。

「赤」の食品群

「赤」は肉、魚介類、卵、牛乳・乳製品、豆・大豆製品など、主にたんぱく質を多く含む、血液や筋肉になる食品です。



赤い色の食べ物と説明すると、卵や牛乳が浮かびにくくなるので、「赤のグループの食べ物、からだの血や肉をつくるんだよ」と教えましょう。「大きくなるために、しっかりと食べようね」といったポジティブな声掛けもおすすすめです。

「黄」の食品群

「黄」は、米、パン、芋類、油、脂類など、主に炭水化物や糖質、脂質を含みエネルギーのもとになる食品です。

黄色の食品はだいたい食品のイメージと色が一致しています。黄色の食品が不足すると身体が疲れやすくなり、集中力や免疫力が低下する可能性があります。子どもに黄色のグループの食べ物を教えるときは「ご飯を食べたらお外でたくさんからだを動かせるよ」、「お芋をたくさん食べたけど、今日はどれくらい走れるかな」などの声掛けをしてイメージを膨らませてあげてください。



「緑」の食品群

「緑」は野菜、果物、きのこ類など、主にビタミン・ミネラルを多く含む体温を調節し、神経のはたらきに関わるなど体の調子を整え、病気になるにくくする役割をもった食品です。



予定表 8月		2025年	
日	曜	日	曜
1	金	17	日
2	土	18	月
3	日	19	火
4	月	20	水
5	火	21	木
6	水	22	金
7	木	23	土
8	金	24	日
9	土	25	月
10	日	26	火
11	月	27	水
12	火	28	木
13	水	29	金
14	木	30	土
15	金	31	日
16	土		

★印は保護者が必ず参加の行事です。  
 ※あくまでも予定ですので変更になる事もあります。  
 変更になる場合は貼り紙、お便り等でお知らせ致します。

# 0才 ひよこくみ



【今月のねらい】

★遊びや生活の中で、保育者や友達と一緒に楽しく過ごす。  
★手づかみやスプーンで意欲的に食事を行う。  
★暑い日を体調に配慮して、もひんがけに気を配る。



【先月の後】

暑い日が続く中、午後にお散歩に行ける日がありませんでした。今までは抱っこ紐でのお散歩でしたが、お座りが安定してきて歩ける子も増えてきたので、バギーに乗ってお散歩に行くことができました。4人乗りの赤いバギーはお友だちと向かい合って乗ることができ、楽しい乗り物です。子どもたちはバギーに乗っている時はとてもおとなしく車や植物を生懸命に眺めていて目がキラキラとしてい



【室内遊び】

水遊びやお散歩のない日は室内でも体を動かす遊びを意識して過ごせるよ

ます。時おり風が吹いて気持ち良さそうな顔と髪の毛がフワフワなびく姿がとても可愛いです。また歩くのが上手な子どもは保育者と手をつないで公園まで行くこともできています。



【七夕製作】

今回、ひよこ組ではみんなの足型を取り織姫と彦星の壁飾りを作りました。一人ずつイスに座って右足にピンク、左足に水色の絵具を筆で塗って色画用紙の上にスタンプをしました。足の裏がくすくすたくてマジマジする子、ニコニコしながらスタンプする様子を見つめる子、そしてその姿をお友だちが「次は僕かな?」「私もやってみたいな...」というワクワクした眼差しでみつめていました。足型を取り終えた後はフィ



ンガーペインティングで夜空を表現してみました。手の指先に黄色の絵具を筆で付けていき、藍色の画用紙に好きなように指を動かして描いていってもらいました。ポンポン指先を紙に押し付けてお星さまのように描いてみたり、シヨッシヨと動かして流れ星のように描いてみたりと個性的で素敵な作品となりました。ほのぼのとした楽しい七夕製作のひとつでした。  
(保育士 本間)

# 5才 きりんくみ



【今月のねらい】

★夏の生活の流れがわかり、自信を持って意欲的に遊ぶ。  
★夏ならではの遊びを体全体で楽しみながら、約束を守る、自分で考えて行動が出来るようになる。  
★七夕飾り



★体操教室

水曜日に行っている体操教室では、運動会に向けての練習が始まりました。1つの技をゆつくりと挑戦しながら、できたこと



の満足感を味わっています。2人や3人で行う技になると難易度が上がり腕の力や忍耐力が必要になりますが、力を振り絞って挑戦してい



ます。技が完成した時の「やー!!」というかけ声の時には前を向いて、笑顔を見せてくれます。力をたくさん使つのに笑顔を見せて



★水祭り

7月19日(土)にきりん公園で水祭りが行われました。ピールプールに水を溜めて水鉄砲で水をかけあいながら遊び、思存分水遊びを楽しみました。その中でも一番楽しんでいたのが大きなすべり台に水を



流して滑るウォータースライダーでした!沢山の子もたちで大行列になっていました。がしつかりと順番を守り、ワクワクした表情で待ち、滑り終わると「ちよつと怖いけど楽しいー!」と言いつつ何度か滑っていました。公園の片隅には大きな板の氷が置いてあり、触りながら冷たくなった手を自分やお友だちのほっぺに当てて大喜び!普段はあまりできない泥遊びも存分にすることができました!きりん組の子どもたちだけではなく、風の子クラブの子どもたちや地域のお兄さんお姉さんとも一緒に遊んで交流することができ、素敵な夏の思い出になったようです。  
(保育士 木村)



# 1才 あひるくみ

★暑い時期を健康に過ごせるようにする。  
★保育者や友だちと一緒に自然や水遊びのおもしろさを味わう。  
【先月の姿】  
☆ブロック遊び  
もの作りが大好きなあひる組。ブロック遊びは子ども

もたちが集中して取り組む遊びの1つです。今まではお友だちの遊びをじっくり観察していたり、同じ遊びを平行して行う姿が多く見られました。最近では遊びの中で自分の気持ちをジェスチャーや発語で伝えようとする姿や玩具の貸し借りをしようとする姿が見られるようになり成長を感じます。また、同じ形に組み立てたブロックで遊んでいても、ある子は「くるま」に見立てて遊ぶ一方、ある子は「アンパンマン」や「ジュース」に見立てて遊ぶなど自由で豊かな想像力で遊びを

楽しんでいきます。成長に伴い、遊び方もどんどん変化していきますが、その子らしさと自由な発想を大切に成長を見守りたいと思います。  
☆感触遊び  
食紅で色を付けた氷を使って暑い夏ならではのひんやり感触遊びを行いました。水を準備すると「わあ〜!!」「ええ〜!!」とみんなの手が舌に伸びてきました。が、いざ触れてみるとツルツルして冷たい氷に驚き手を引っ込め様子をうかがう姿や、氷が滑ってしまいうまく掴めず苦戦しながらも夢中で遊ぶ姿が見られます。

た。氷を触った手が冷たくなってくる、自分の指先をじっと見つめ指をグーパーと動かしたり、頬に当てて「うあ〜」と温かさを感じて驚くなど、不思議な感覚を味わっていました。また、画用紙の上に色水を置き、溶けた色水を手で混ぜたり指で線を描いたり、少し冷たさに慣れ掴めるようになる。とスモックのポケットに入れて揉んで「ガシャガシャ」と音を楽しんだりと自由に遊びを展開させる姿は、まさに遊びの天才です。まだまだ暑い日が続きますので、子どもたち

の好奇心を駆り立てて自然への興味関心を養える遊びを用意し、みんなで楽しめたらと思っています。  
☆お片付け  
最近、遊び終わった玩具の片付けを一生懸命行う姿がよく見られます。使い終わったブロックを両手いっぱい持ってケースに入れたり、机上遊びで自分が使ったパズルや型落としを棚に戻したり、少しずつですが、遊び終わった玩具を片付けるという習慣が身につけているように思います。片付け中に「○○くんありがとう。助かるわ。」「○○ちゃん

んお片付けありがとう。」「みんなのおかげでお部屋がきれいになったよ。」など感謝の気持ちや伝えること、少し恥ずかしそうに笑ったり、頼もしい表情を見せてくれたり…。一生懸命さがとても可愛いです。これからも身の回りのことに興味を持ち、片付けに対してポジティブな印象と楽しくお片付けができるように声を掛け、援助をしていきたいと思えます。  
(保育士 福谷)

# 4才 うさぎくみ

【今月のめざす】  
〈生活〉  
★夏を健康に過ごすための生活習慣が分り、身の回りのことを自ら進んで行う。  
〈遊び〉  
★遊びの中でルールや約束を守りながら、友だちとの関わりを楽しむ。  
【先月の姿】  
〈体操教室〉  
気温が高い日が続く、中々外に出られない日が続いていますが室内での体操教室で思いっきり身体を動かしているうさぎ組の子どもたち。7月の体操教室で



はブリッジに初挑戦しました。講師によるブリッジのお手本を見ると「ええー!!」「すごい!!」「そんなの出来ないよー!!」「ちよっと怖いかも、」と様々なリアクションを見せていた子どもたちでしたが、いざ挑戦してみると「すごい!!」「すごい!!」と声かけ合っている姿をよく見ます。少しずつ出来るようになってきて成長を感じる日々です。  
〈ひらがなのなぞりがき〉  
最近お絵描きやぬり絵を



している時に自分のお名前を書きたがることが増えたり、「ままとばぼつてどうやって書くの?」「大好きってどうやって書くの?」と身近な言葉の文字に興味を持ち始めた子どもたち。なかでも自分のお名前を書けるようになりたいという子が多かったため、お名前のなぞり書きをしました。★保育者が「今日は自分のお名前をひらがなで書く練習をしたいと思います。」と話をする。「やったー!!」「はやくやりたいー!!」と大盛り上がりなうさぎ組さん! 1人ずつ名前が書いてある紙が配られると「ぼくの字クルツとしてるところあるか



ら難しいかも」「わたしのくは簡単だから書ける」と改めて自分のお名前の字の形を確認して様々な反応をしてみました。なぞり書きを始めると慎重に書くあまり手が震えてしまったり、「はこうした方が可愛いからもっと伸ばしてみよう」とひらがなをアレンジする子、お友だちや保育者と同じひらがなが自分の名前に入っている事を見つけて喜んでいる子、はみ出さないようにかけるまで何度も書き直す子など、子どもたち一人ひとりの個性が出た作品になっていました。なぞり書きを通してより一層ひらがなの読み書きに興味を



持っている子が増えてきた。引き続きひらがなを取り入れた遊びを行っていきたいと思います。  
〈身の回りのことに挑戦〉  
うさぎ組での生活にも慣れ、園生活を楽しくしている子どもたち。生活の流れが定着し、午睡後の布団の片付けや検温、食事前後の支度など進んで取り組むようになりました。少しずつ余裕を持ち始め「なんか手伝うことある?」とお友だちのことを気にかける姿もあります。☆現在は、身の回りのことをより丁寧に、自信を持って行っているように思います。布団を畳む際はシーツをぐちゃぐちゃ

ちゃのままにせずきれいに畳むことや、靴を履いたり脱いだりする際には座らずに立ったまま行うこと、早さよりも正確さを意識できるよう日々取り組んでいます。☆今月はお泊まり遠足があります。お泊まり遠足の話をすると「たのしみー!!」「あ〜何回寝たら遠足行けるの?」ととっても楽しみにしている様子でした。入浴や着替え、持ち物の管理等、身の回りのことは全て自分で行うことになると日間。自信を持って生活し、存分に楽しめるよう、今のうちに行うことを行い自信に変えていきたいと思えます!  
(保育士 篠澤)

2才  
こぐまくみ



【今月のねらい】  
★夏季を気持ちよく、健康に過ごす。

★活動や遊びの中で保育者や友だちと関わり、言葉のやり取りを楽しむ。

【先月の姿】

☆感触遊び☆

暑い夏にびったりの寒天遊びをしました。こぐま組になり初めての寒天遊び。おそろのおそろの手を伸ばしてみたり、お友だちや保育者が遊んでいるのを観察してから触ってみたりと様々でした。初めての感触や冷たさにびびり泣いて泣いて



しまつ子や、不思議な手触りで触るのを躊躇する子もいました。ですが、慣れてくるとコップやスプーンを使っておままごとのように料理を作る真似や食べる真似をしたり、赤や青、緑などいろいろな色の寒天を混ぜ、色の変化に気づいたり、足で踏んでみたりと子どもたち一人ひとりが、好きなように表現することや、手足を使って感触を楽しむ姿が見られました。

水風船遊びでは、大きなバケツいっぱいに入った水風船に大興奮！手で持った水風船の中に落としてみたり、投げたり、また力をいっぱい込めると割れることを伝えると、あつという間に「ツをつかんで次々と割る子もいました。風船が割れると「やったー！」とみんな拍手をして喜



☆ドレッシング作り☆  
一回目の食育として、ド



レッシング作りを行いました。「これから何をするの？」とワクワクがとまらない子どもたち。みんなが席に着きドレッシング作りのスタートです。保育者から調味料の栄養素の説明を聞きながら用意された酢・醤油・砂糖をみて「これはなに？」と興味を示していました。じつくりと観察したり匂いを嗅いだりしながら一つずつ慎重にペットボトルの中に入れていきます。次はみんなで力を合わせてペットボトルを振って混ぜます。泡が立ったり、砂糖が溶けていく様

子をみて「なくなつたー！」「こいつたの？」「まだやりたー！」とみんな一生懸命に振ってあつという間に完成です★完成したドレッシングは夕食のお野菜にかけて食べました。普段、野菜が苦手な子も挑戦していました！実際に自分たちで作ることで、食事の時間がより楽しみになりました。食後の時間がより楽しくなりました。今後もしっかりと身に感じられるようにしていきたいと思

☆お外あそび☆

暑い日が続き、外に出られる日が少なくなってきました。「今日お散歩？」「お外いける？」と予定を確認する程、お外遊びが大好き



なこぐま組さん。お散歩に行ける日は短い時間ですが近くの公園にお散歩に行き、思いきり体を動かしています。最初の頃に比べ鉄棒に長くぶら下がるようになったり、たくさん走れるようになったり、遊び方もどんどんダイナミックになってきました。また、虫やお花など自然物にも興味が出てきています。水分補給をごまめに行い、体調には十分に配慮しながら楽し

(保育士 菊地)

3才  
りすくみ



【今月のねらい】

〈生活〉

★十分に休息を取りながら夏の暑さに負けず健康に過ごす。

〈遊び〉

★友だちと一緒に夏ならではの遊びを楽しむ。

【先月の姿】

☆歯磨き指導☆

保健の先生主導のもと、



歯磨き指導を行いました。歯磨きセットを準備して待つと、自分の歯ブラシがどんなものか友だちに見せたり、「こうやって磨くんだよね」と磨く真似をしてみたりと嬉しそうにしていました。保健の先生の姿が見えるとすぐに姿勢を正す子が数人現れその姿を見て同じように姿勢を正しあつという間に間く姿勢になり、保健の先生にも「すぐ上手でびびりませんでした」と褒められました。話もしっかりと聞くことができ、危ないので歩きながら歯ブラシを口に入れてはいけないことや、磨き残がないように



☆昆虫観察☆

よく磨くと教えてもらいました。いざ、実践となると早く磨きたくて仕方がない様子でそわそわしていました。「危ないから座ってやるんだよね」と友だちと確認しながら行い、しっかりと磨くことができ、「みんなとても上手でした！」と最後もたくさん褒めてもらう事ができました。



☆野菜の皮むき☆

給食の先生からとうもろこしをもらい野菜の皮むきをしました。野菜をもらう際に「これはなに？」と普段とは違ったとうもろこしの姿に不思議そうにして



☆お道具箱☆

今まで色鉛筆等、保育園の道具を共有して使っていました。りす組になり

(保育士 大橋)

自分たちの道具を使うようになりました。自分たちの物を使えることと嬉しいうことで友だちと「これぼくのだよ」と教え合ったり、「これはわたしの名前だよ」と自分の名前の形を少しずつ覚えていきます。最初に自分の物は自分でしっかりと片付けようと伝えると「大事にしなきゃだもんね！」と愛着も湧いているようでした。使い方が片付け方が分からない時には保育者や友だちに聞きながら、少しずつ覚えていく