

オーガニック給食
12月 献立表

◎今月の給食目標は『寒さに負けず、たくさん食べて風邪をひかない丈夫なカラダをつくろう』です。カラダを温める作用のある根菜や、免疫力を高める緑黄色野菜を多く取り入れました。

日	曜	昼 食	おやつ	夕 食
1・15	月	●玄米入りご飯 ●甘辛チキン ●切り干し大根の和え物 ●さつま芋のみそ汁	●ボンデケーキ ●いりこ	●玄米入りご飯 ●さわらのチーズ焼き ●じゃが芋とウインナーの洋風炒め ●チンゲン菜のすまし汁 ●りんご
2・16	火	●玄米入りご飯 ●あじのカレー風味焼き ●里芋のそぼろ煮 ●かぶのみそ汁 ●キウイフルーツ	●さつまいものホットケーキ ●おしゃぶり昆布 ●16日:誕生会	●玄米入りご飯 ●豆腐入りミートローフ ●白菜のコールスロー ●キャベツのみそ汁
3・17	水	●玄米入りご飯 ●コーンフレークチキン ●春雨サラダ ●しいたけのすまし汁	●コーンクッキー	●玄米入りご飯 ●じゃが芋と鮭のグラタン ●山東菜のゆずドレッシング ●小松菜のみそ汁
4・18	木	●玄米入りご飯 ●さばのアップルオニオンソース ●チンゲン菜のおかか和え ●里芋のみそ汁	●しらすおにぎり ●するめ	●みそけんちんうどん ●ツナじゃが ●かぶの甘酢漬
5・19	金	●玄米入りご飯 ●すき焼き風煮 ●キャベツの浅漬 ●大根のみそ汁	●お好み焼き ●いりこ	●玄米入りご飯 ●カジキの磯辺揚げ ●ラディッシュの梅おかかサラダ ●じゃが芋のみそ汁
6・29	土・月	●玄米入りご飯 ●ぶりの照り焼き ●ほうれん草ソテー ●切り干し大根のみそ汁 ●みかん	●豆乳ドーナツ ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●タンンドリーチキン ●タアサイのじゃこ和え ●高野豆腐のみそ汁
8・22	月	●きのこと豚肉の手作りカレーライス ●海藻サラダ ●バナナヨーグルト	●ベーコンチーズマフィン ●するめ	●玄米入りご飯 ●さばのゆずみそ焼き ●さつまいものいとか煮 ●ほうれん草のすまし汁 ●みかん
9・23	火	●玄米入りご飯 ●鮭のきのこクリームソース ●レタスのフレンチサラダ ●生揚げのみそ汁 ●りんご	●シュートレン風パウンドケーキ ●いりこ	●玄米入りご飯 ●鶏肉の塩麹唐揚げ ●チンゲン菜と桜えびの土佐酢和え ●わさび菜のみそ汁
10・24	水	●ひじきの炊き込みご飯 ●豆腐つくね ●さつま芋とりんごの甘煮 ●赤みそのみそ汁	●黒ごませんべい	●青のり納豆ご飯 ●カレイの煮付け ●小松菜とちくわのごま和え ●タアサイのみそ汁
11・25	木	●玄米入りご飯 ●揚げたらしのレモン風味 ●白菜の塩昆布和え ●長ネギのみそ汁 ●みかん	●りんごとヨーグルトの蒸しパン ●おしゃぶり昆布	●マーボー豆腐丼 ●大根のナムル ●わかめスープ
12・26	金	●焼き肉丼 ●サニーレタスのしらす和え ●春菊のすまし汁	●じゃこトースト ●するめ	●玄米入りご飯 ●すずきのピザ風焼き ●ヤーコンのきんぴら ●京菜のみそ汁 ●キウイフルーツ
13・27	土	●玄米入りご飯 ●めだいの香味焼き ●春菊と油揚げのお浸し ●山東菜のみそ汁	●英字ビスケット ●いりこ	●玄米入りご飯 ●鶏肉のマーマレード焼き ●京菜とりんごのサラダ ●えのきのみそ汁
30	火	●玄米入りご飯 ●煮込みハンバーグ ●小松菜のごま和え ●菜の花のみそ汁	●おやつカステラ ●いりこ	●じゃこチャーハン ●わさび菜とささ身の和え物 ●豆腐のみそ汁

今月の平均 (昼食+おやつ+夕食)の合計	乳児平均 幼児平均	エネルギー 791cal エネルギー 990cal	たんぱく質 31.0g たんぱく質 38.8g	脂質 23.9g 脂質 29.8g	食塩(ナトリウム量) 2.0g 食塩(ナトリウム量) 2.5g
-------------------------	--------------	------------------------------	----------------------------	----------------------	------------------------------------

鰯(たう) 淡泊な味わいで多様な味付けが可能なたう。脂肪分が少なく、胃腸の弱い方にも無理なく食べられるたうは、繊維タンパクが大半を占めるためにほぐれやすく、加熱しても柔らかく消化の良い食材です。骨や歯の発育促進に携わるビタミンDが豊富で油と一緒にとることで吸収率が高まるため焼き物がおすすです。

鰯(たう) 出世魚として有名な縁起のいい魚の鰯、冬になると脂がのりDPAやEPAといったオメガ3脂肪酸という、動脈硬化などの生活習慣病を予防すると期待される良い油を多く含みます。DHAは脳や神経の発達をサポートする働きを持ち、EPAは血管や血液の健康のために働きます。煮つけやぶり大根で煮汁も一緒に食べることで水溶性のビタミン類B1、B2、タウリンなど無駄なく摂取できます。

②旬の魚介類 冬の魚は脂がのって栄養価が高く、良質なたんぱく質、健康維持に不可欠なEPAやDHA、疲労回復を助けるビタミンB群、骨を丈夫にするビタミンDなどを豊富に含みます。

参考文献 「冬に旬を迎える野菜って？」農林水産省 「栄養たっぷり！冬の旬食材で元気をチャージ！」M・CARE 「免疫力を高める健康食ベ物・栄養食品効果効能ナビ」



③発酵食品 発酵食品は腸内環境を整え、代謝を促進し、体を温める効果が期待できます。お味噌汁や、キムチ鍋、甘酒など温かい料理で摂りやすくなるため、塩分を控えても満足感が得られます。お味噌や醤油、ヨーグルトやチーズ、キムチ、納豆など様々な発酵食品を食事に取り入れ体の中から元気に過ごしましょう。

(栄養士 竹倉)

繋がり…。

主任 関口 涼



もう12月、やっと12月…みなさまにとってはどのような1年でしたでしょうか。寒さの中、元気に遊び回る子どもたちの姿に、この1年で、沢山の成長を感じます。子どもたちそれぞれが、自分のペースで大きくなったましく成長してきた2年を振り返ると、あつという間だったなあと感じます。残りもあとひと月となりましたが、最後まで楽しく、安全に過ごせるよう努めさせて頂きます。また、11月には保育参観週間が全クラスで行われました。沢山の保護者の方に参加して頂き、職員一同嬉しく思います。園での様子はいかがでしたか？子ども達の食事の様子や活動シーンなど、普段見ることが出来ない保育園での一面が少しでも垣間見る事が出来たらと思います。乳児クラスでは、お母様の声だけで目隠し布の後ろから気付け子や足元の靴下の柄をじっくりと見つけている子どもにはいました。子ども達は日頃よく見ている事を実感しました。また来年度も実



施しますので、1人でも多くの保護者の方の参加をお待ちしております。11月24日月曜日に千葉県にある三芳村に行きました。三芳村の農家の方には、保育園で使用しているお米を頼んでおり、ちょうどこの日が感謝祭を開催していた事もあり、給食の職員と共に参加させて頂きました。農家の方が用意して頂いた沢山の有機野菜や有機米のおでんやおにぎり、天ぷら等々をみんなで囲みながら、楽しいひと時を過ごさせて頂きました。また感謝祭には、他園の方でも参加しており、有機野菜での繋がりを感じました。千葉は千の葉と書きませんが、気候が一年を通して安定している事もあり、作物が育てやすいと言われています。農家の方一人ひとりの思いが詰まった野菜をこれからも有りがたく頂きたいと思っております。とても有意義な時間となりました。また、農家の方以外でも、エイビイシイ保育園では、顔が見える関係を大切にしており、魚、肉など直接農場・農家に向かい、まずは話を伺ってから使用していくか決めていきます。子ども達の口に入るものには、責任持つて提供する事、顔の見える関係を大切にしているという信念を大切にしていきたいと思います。美味し給食を提供していきたいと思っています。(保育士 関口)

★勤労感謝の日のプレゼント★



エイビイシイ保育園では、毎年母の日や父の日ではなく、勤労感謝の日には大好きなパパやママへ日頃の感謝の気持ちを込めてプレゼントを製作しています。今年も各クラスとても気持ちのこもった素敵なプレゼントが出来ました！乳児クラスは手形や足形を使った製作を行い、キーホルダーやメッセージカードに変身させたプレゼントを作りました。小さな手形や足形がとっても可愛くて、肌身離さず持っていたい作品になりました！幼児クラスは自分たちで素材や色を決めて、パパやママを思い浮かべながら一つひとつ丁寧に時間をかけて作り、フォトスタンドやコースター、マグネット等、実用的で思い出を飾れる素敵なプレゼントに仕上がりました！ぜひ飾ったお部屋に貼って頂けると嬉しいですね。いつもお仕事に子育てと頑張っておられる保護者の皆様、本当にお疲れ様です。子どもたちが心を込めて作ったプレゼントが、少しでも日頃の感謝の気持ちを届けてくれますように。これからもどうぞよろしくお願い致します。(保育士 木浦原)

ふくろうくみ できることが どんどん増えてます！



子育て深夜便 今月はりす組のお泊まりの様子を紹介します。お泊まりの子どもたちは夕食後に歯磨きをしています。子どもたちは定着してきて、保育者が声をかけずとも自分たちで歯磨きを始めることが出来るようになってきました。保健の先生に歯磨き指導を行ってもらったから、子どもたちは歯磨きの大切さを意識しているようです。(保育士 大橋)

自分たちでできる！やりたいたい！という気持ちもどんどん高まり、お風呂でも「自分で洗う！」と身体を洗うことも少しずつやり始めています。もちろん最後は保育者が仕上げを行います。日々に上達しているのだから、仕上げがいらない日もそう遠くないようです。これからも子どもたちのできた！が増えるように少しでもできた時はたくさん褒めていきたいと思っています。(保育士 大橋)



★お散歩★
林の公園・かいじゅうの公園では、落ち葉が沢山

落ちており、赤・黄色の様々な紅葉も見られました。子ども達は落ち葉を踏んだ時の音を楽しんだり、大きな落ち葉を見つけ、歩きながら秋の自然に触れる事を楽しんでいました。これから増々寒くなってきましたが、冬ならではの遊びを考えて楽しんでいきたいと思っています。
(保育士 関口)



0才 たまごぐみ



【今月のねらい】
★自我や欲求を受け止めてもらい、満足感や安心感を味わう。
★リズムに合わせて身体を動かしたり、表現する楽しさを味わう。

寒さが身に染みる季節となりました。冷たい風に鼻を赤なめながらも、元気に遊ぶ子ども達の姿にたくましさを感じます。今年もあとわずかですが、1年間ありがとうございました。

歌い、最後に記念撮影を行いました。霧困気や壁面や絵本を見て、おばけと指をさして興味を持つ姿が、本当に可愛かったです。ハロウィンパーティー大成功でした!!

に触る姿や目の前のコップに春雨を入れ、かき混ぜる姿もありました。普段の活動とは違い、いつも以上に集中する子どもたち。今後様々な経験が出来るように、保育園ならではの活動をたくさん取り入れ、楽しめるようにしていきたいと思っています。

★先月の姿

★春雨遊び

★勤労感謝の日

★ハロウィンパーティー★

★お散歩★

予定表 12月

2025年

日曜	日程	日曜	日程
1月	身体測定(ひよこ)	17水	
2火	身体測定(うさぎ・きりん)	18木	避難訓練
3水	身体測定(たまご・あひる)	19金	健康診断(ひよこ・たまご)
4木	身体測定(こぐま・りす)	20土	★クリスマス会
5金		21日	
6土		22月	
7日		23火	
8月		24水	
9火		25木	クリスマスパーティー
10水		26金	
11木		27土	
12金		28日	
13土		29月	年末保育
14日		30火	年末保育
15月		31水	休園
16火	誕生日会		

★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。

保健

年末年始、お出かけなどの計画を立てているご家庭もあるかと思いますが、寒さに加え、疲れや環境の変化、生活リズムの乱れから、体調をくずしやすい時期でもあります。ゆとりをもって、元気に楽しい時間を過ごしてください。

気をつけて!! 感染性胃腸炎

《どんな病気?》
ウイルスや細菌などに感染しておこる胃腸炎の事です。子どもに多いのは、ロタウイルス、ノロウイルスによる胃腸炎で、11月〜3月頃に多く見られます。せっけんを使った手洗い

や、生活リズムを整えて体力をつけることが、予防につながります。

《主な症状》

・吐き気、おう吐
・下痢、腹痛
・37度の発熱
・おう吐や下痢に伴う脱水症状(皮膚、くちびるの乾燥やおしこの減少に注意しましょう)
☆感染から症状が現れるまで、1〜2日間の潜伏期間があります。

《こんな注意》

感染者の便や吐いたものにはウイルスが含まれ、他の人への感染源になるので、正しく処理することが、大切です。

☆吐いたものや汚れた衣類の処理

◎用意するもの

・ペーパータオル(汚物をふきとる)
・バケツ
・タオル
・ビニール袋(大きめ)
・使い捨てのビニール手袋、マスク、エプロン
・ペットボトル(500ml、2ℓ)
・塩素系消毒剤
・市販の塩素系漂白剤

◎消毒液の作り方

・消毒液A吐いたものの処理) 500mlのペットボトル1本の水にペットボトルのキャップ2杯の塩素系漂白剤の原液を入れる。

・消毒液B汚れた衣類の消毒) 2ℓのペットボトル1本の水にペットボトルのキャップ2杯の塩素系漂白剤の原液を入れる。

◎吐いたものの処理方法

1、ビニール手袋、マスク、エプロンをつけ、ペーパータオルで、汚れている部分の外側から内側に向けて静かに拭きとります。拭きとったペーパータオル、手袋、エプロンなどは直ぐにビニール袋に入れ、消毒液Aをかけ、密封して捨てます。
2、拭きとった後の床とその周りを、消毒液Aを浸したペーパータオルでおおい10分ほど放置した後、水拭きします。
☆塩素系漂白剤を使うので、窓を開け、十分に換気しながら処理しましょう。

◎汚れた衣類の消毒

1、消毒液Bに30〜60分間浸す。塩素で漂白できない物は、85℃で1分以上熱湯消毒します。
2、他のものと分けて最後に洗濯します。



給食記事

★冬の食生活について

冬になり、朝晩の冷え込みが激しくなり、お家で暖かく過ごしたい日々が増えています。

空気が乾燥して気温が低くなる冬の時期は、インフルエンザやノロウイルスなど、様々な感染症が流行しやすい体調を崩しやすいため、いつも以上に健康管理が重要です。手洗い・うがい、マスクの着用など基本的な感染予防対策をすることは大切ですが、身体を守る免疫機能の低下を防ぐためにも毎日の生活習慣を整えることも忘れてはいけません。

生活習慣の中でも毎日の食事は寒い冬に負けない身体をつくるために大切です。



★冬のおすすめの食材

①根菜類

身体を内側から温める効果のある「陽性食品」と呼ばれるものが多く大根、人参、ごぼう、里芋は寒くなると糖分を蓄え甘みがあり美味しくなります。



人参には、ビタミンAの働きをするβ-カロテンを多く含んでいます。ビタミンAを摂取することで、粘膜の健康維持につながり、細菌やウイルスが体の中に侵入することを防ぎます。油と相性が良いので、油と一緒に炒めて食べるのがいいでしょう。

大根

大根は部位によって味わいが異なり、上部は甘みがあり生のままサラダに向いています。中間部は加熱することで柔らかくなりやすい部位のためお鍋やおでんなどの煮物がおすすです。下部は辛みがあり筋つぼいため薬味やお漬物に向いています。栄養価の面で特に注目したいのは、葉の部分です。大根の葉にはビタミンA・C・E、食物繊維が豊富に含まれているため、葉っぱがついているものを選んで活用してみてください。

ごぼう

冬に旬を迎えるごぼうは、食物繊維が豊富な根菜の一つです。食物繊維を摂取することで、腸内環境を整える働きが期待できます。煮物やきんぴらごぼうなどの炒め物にして食べるのが良いでしょう。



行いました。全ての工程を終えると、「いつ渡すの?」「早く渡したい!」とお家の方の喜ぶ顔が待ち遠しいきりん組の子どもたち。実際に渡す際は、ちよびり恥ずかしそうにする姿もありましたが、気持ちのいい伝わりたのではありません。うか?子どもたちが一生懸命作った世界に1つだけの愛情たっぷりのコースター。ご家庭でたくさん使ってくださいね♡

★クリスマス会に向けて★運動会を終えたころから、「クリスマス会はなにやるの?」と言った声がちらほら聞こえるようになりました。去年行った劇のセリフを覚えており、自然と劇遊びが始まることあるほど、クリスマス会を楽しみにしているきりん組。エルマーのぼうけんの本の読み聞かせが大好きで、長いお話なので少しずつ読み進めてきましたが、そんな中、エルマーのぼうけんの歌があることを知った子どもたちは、「歌ってみたい」とより一層興味津々。そこからの流れで「劇もやってみたい」と

いった声上がり、賛同する声もたくさん。中には「しそくだからやりたくない」と不安そうな声もありましたが、「難しいけどやってみようよ」「できるよ」と子どもたちで高め合う姿もありました。これらのやりとりもあり、今年度のきりん組は、エルマーのぼうけんの劇に挑戦することになりました。今、番興味のあるエルマーのぼうけんを題材にした劇を行うことが決まり、子どもたちの気合は十分です。保育園生活最後のステーションを楽しみにしていきたいと思います。

(保育士 山崎)

5才 きりんぐみ



【今月のねらい】

★遊びや生活の中で相手の気持ちを受け入れながら自己を発揮する。

★共通の目的に向かって取り組む楽しさややり遂げる達成感を味わう。

【先月の姿】

★おにぎりづくり★

田植え、稲刈りを経験し、自分たちで収穫したお米を使用して、おにぎり作りを行いました。手洗いを済ませ、エプロンと三角巾を付ける

と準備万端!どきどきわくわくしながら、おにぎり作りがスタートしました★最初はお米研ぎから挑戦!白いとぎ汁が少しすす透きとおっていく様子を見て、「きれいになってるね」「早くたべたい!」と、待ちわびる姿がありました。また、とぎ汁の匂いを嗅ぎ、「ちよと臭いかも!」と、姿もあり、様々な反応が見られました。お米が炊けるまでの間は遊びながら過ごしましたが、お米の匂いがしてくると、炊飯器の周りに集まり匂いを嗅ぐといったよいよお待ちかねの時間。「ハートの形にする」「三角にしたいけど難しい!」等、苦戦しながらも自分の好きな形に握ることを楽しんでいました。自分で育て

たお米を使って、自分で作ったおにぎりは格別な味だったようで、「おいしい!」「おかわり!」の声が保育室に溢れていました。全部で3種類の味を用意しましたが、きりん組では塩おにぎりが大人気♡おにぎりを美味しそうに頬張る姿がとても可愛かったです。是非ご家庭でも試してみてください。

★勤労感謝の日のプレゼント作り★

紙皿と毛糸を使用し、コースター作りを行いました。保育者が試作を作っている時から「作ってみたい!」「つやの?」と興味津々だった子どもたち。実際に作ってみるとすぐに要領をつかみ、編み進めることができました。メッセージも自分で添え、ラッピングも自分で



0才 ひよこぐみ



【今月のねらい】

★保育者や友達と体を動かすことを楽しみながら友達との関わり方を知り、一緒に遊ぶ事を喜ぶ。

★暖かい時間帯には外気に触れ、健康に過ごす。

【先月の姿】

★お散歩★

すっかり秋も深まりお散歩日和の日が増えてきました!気温も丁度良く、晴天



と紅葉がとても綺麗な景色の中、沢山散歩に出掛けることが出来ました。お散歩が大好きな子どもたちは準備の時からとっても嬉しそうで、「今日はどこに行くのかな?」「大好きな消防車を見られるかな?」など色々想像してワクワクしているお顔をしています。最近人数が増えたので、お散歩車とバギーの2台でお散歩に行きます。歩ける子は手を繋いで一緒に歩いて行き、疲れたら交代をしてお散歩車に乗っています。お散歩はきりん公園や消防署見学、熱帯魚の水槽がある動物病院に立ち寄ることが多いです。地域の

方々にも沢山手を振っていただいたり、犬の散歩の方が立ち止まって犬をゆっくり見せてくださったりと優しく見守っていただきながら温かい気持ちに感謝をし、お散歩を楽しんでいます。消防署では隊員の方が駐車場の中まで入らせてくださり、近くで見ることができました。子どもたちは大きな消防車や救急車を間近で眺めながら目をまん丸くして、じつくり見つめて見学していました。あまりの迫力に泣き出してしまいそうになる子どももいました。また、明治通りを通るバスやパトカーを指さして「バス!」「パトカー!」と言ってみ

なでバイバイをして見送りをたのしんだりしています。これからも、沢山お散歩に行きたいと思っています。

★室内遊び★

ひよこ組の高月齢の子どもの間では、乗り物の絵本が大人気です!絵本をめぐって「パトカー!」「じょうほうしゃ!」など指差しをしながら大きな声で覚えたり、車を得意に教えてくれます。そして、「ガガガガ」「ブーボーボー」など車の音も真似をして楽しんだりしています。そんな中、ふとねんねをしている低月齢の子どもの事を思い出し、頭をナデナデしたり、おもちゃを持って渡

したりと、お世話をしてくれる姿もあります。やっと寝返りができるようになった子も、嬉しくて手足をバタバタ動かして「ニ」して喜んでます。抱っこをして欲しい時には一生懸命、首を上を持ちあげてアビールをしてくれる姿がとても可愛いです。優しくとても仲よしな子どもたちです。

★離乳食おいしく!★

離乳食をみんな一緒に食べる時、「むにやむにやむにやむにや?」「ムムムム!」など子ども同士で目配せをしながら会話をしているようになり、とりが増えてきて、とても楽しそうに食べています。お肉や魚を手で掴ん

で口に運んだり、ごはんやスープをスプーンですくって食べたりする事もだんだん上達してきました。食べる事が好きな子は大きく口を開けてモリモリ食べています!好き嫌いの多い子も、苦手な野菜を一口に入れてみて口から出してしまうたりもしますが、頑張っています。以前はあまり牛乳を飲まなかった子が今は全部飲めるようになったりもしています。「入ひのり」のペースを大切に、少しずつ慣らしていき、楽しく食事ができるようにしていきたいと思っています。

(保育士 本間)



1才 あひるぐみ



【今月のねらい】

★衣服の着脱など、身の回りのことを自分で挑戦し、できたことの喜びを感じる。

★保育者や友だちと言葉のやり取りをしながら、ごっこ遊びやつもり遊びを楽しむ。

しくなつてまいりました。冷たい風に鼻を赤らめながらも、元気に遊ぶ子どもたちの姿に、この年での成長を感じます。

【先月の姿】

★ハロウィンパーティー

10月31日はアンパンマンの仮装をして、ハロウィンパーティーを行いました。大好きなアンパンマンに変身し、ポシエットを肩にかけ準備万端の子どもたちでしたが、直前に雨が降り出したため外へ行く事ができなくなりました。そんな時、「みんなーきたよー!!」の掛け声とともに園長先生が登場すると、子どもたちの

組！新聞の山に潜り始める子や、雨に見立て、頭からかぶる子、布団のように掛けて寝る子など、想像力を駆使して遊び尽くし、ハロウィンパーティーは幕を閉じました。

★お散歩

天気の良い日にはお散歩に行きました。最近では、散歩の支度を始めると、靴下入れから取り出して履こうとしたり、帽子をかぶろうとしたりするなど、自分でやるうとする姿が見られるようになり成長を感じます。出発時も自分から手を差し出してお友だちと手を繋ぎ、保育園と公園までの往復の

道のりを楽しそうに歩く姿が見られます。公園では滑り台やお気に入りの小石や落ち葉を探してみるなど、それぞれの遊びを楽しんでいます。最近では見立て遊びがとも上手になり、落ち葉で顔を隠してお友だちと「おぼけだぞ〜。」と言い合つて笑っています。また、丸いパンチを太鼓のように両手でたたいて音と一緒に「パン、パン！」と声に出して演奏の真似をしてみるなど、子どもたちは、色々なものを豊かな想像力で遊びに変えて楽しんでいます。これからも季節ならではの自然に触れて様々な経験と

遊びを楽しめるように工夫していきたいと思っています。

★製作

11月の製作では、糊のついた台紙にちぎった折り紙を貼り「ミミズク」を作りました。以前は難しかったシール貼りも、台紙から自分で剥がして貼れるようになっていたり、折り紙を貼る時も、形や貼る場所、色を選ぶなど、少しずつですが集中して作業をする時間が長くなってきました。これからも色々な事に挑戦して楽しいと思えるような製作を計画していこうと思います。

(保育士 横倉)

4才 うさぎぐみ



【今月のねらい】

★子ども一人ひとりが自信をもつて遊んだり、生活したりできるようにする。

★友だちとのかわりをもつて活動することを楽しむ。

負けてはいられない!と思いいましています。これからクリスマスにお正月とイベントが盛りだくさんで子どもたちにとっては楽しみの続きですね。

【先月の姿】

★おにぎり作り★

子どもたちが楽しみにしていた「おにぎり作り」を行いました。お気に入りのエプロンを身につけ、手を洗い、準備万端！ワークする気持ちが伝わってきました。最初の作業はお米研ぎです。お米をこぼさないように慎重にボールに入れ、ゆつくりやさしく研いでいきました。白く濁った研ぎ汁を見て、「すごいね」「こんなに白くなるんだ」と目を丸くして驚いていました。炊き上がったごはんの匂いを吸い込むと「良い匂い」「おなか空いてきた」と目を輝かせていました。温かいごはんをラップに乗せると、「どんな形にしようかな?」「三角にするの難しいな」と丸や棒状など思い思いの形にぎゅつぎゅつと握っていました。できあがったおにぎりを「見てー」と笑顔で見せ合う姿はとても微笑ましかったです。おにぎりの具材は子どもたちが塩・ツナマヨ・鮭の3種類に決めました。1人3個のおにぎりは食べきれず、おにぎりが好きな具材を入れ、自分で握ったおにぎりは特別おいしかったよう

で、「美味しい」と満面の笑みで頬張り、あつという間に完食していました。田植え・稲刈り・おにぎり作りを通して、食への興味や食べ物を大切にする気持ちが少しずつ育まれてきました。これからも、子どもたちの「やってみたい」を大切に、わくわくする楽しい食育を行っていききたいと思っています。

★フレゼント作り★

勤労感謝の日に向けて、子どもたちは紙粘土でマグネットづくりを行いました。まずは好きな色の絵の具と紙粘土を揉みこみ、色の変化を楽しみながら自分だけの色づくりをしました。「もつと赤を入れたい!」「可愛い

色になったよ」と思い思いの色ができあがると嬉しそうに表情を浮かべていました。子どもたちにとって形作りはわくわくの時間です。丸めて顔を作ったり、型抜きを使ってハートやお花の形にしたりとひとつひとつ丁寧に仕上げていました。「この色好きかな?」「この形のほうがいいかも!」と大好きな家族を思い浮かべながら一生懸命作る姿は微笑ましく、温かい気持ちが溢れていました。完成したマグネットには子どもたちの「ありがとう」の気持ちがたつぷりと込められています。日頃お仕事を頑張っている家族に子どもたちの思いがしっかりと届きますように☆

★冬も元気いっぱい★
寒さが深まってきましたが、子どもたちは元気いっぱい戸外で体を動かして、鬼ごっこや虫眼鏡での植物観察を楽しんでいます。笑顔で走り回り顔に汗を滂ませる姿に、寒さに負けないパワーを感じます!

(保育士 池田)





【今月のねらい】
★クリスマス会に期待を持ち、季節を感じながら過ごす。
★ルールのある遊びや簡単なこと遊びを通して友だちとの関わりを楽しむ。
【先月の姿】
★勤労感謝のプレゼント★
11月23日「勤労感謝の日」

にちなんで、日頃みんなの為に働いてくれているパパ・ママに感謝の気持ちを込めてプレゼントの製作をしました。可愛らしい花束のメモクリップです★まずは「みんなの周りでは、いろいろな人がお仕事をしてくれている事。電車の運転手さんおまわりさん…そしてパパやママと話を聞かせて始めました。紙コップに水性ペンで模様を描き、それを霧吹きでにじみ絵にし、その後は紙粘土にお花紙を竹串を使ってつつ差し込みました。にじみ絵では「ママはピンクが好きだから」「お水かけると色が混ざるよ」

と優しい気持ちやワクワク感で楽しくできました。お花紙を差していく作業も根気のいる作業でしたが、大好きなパパ・ママへのプレゼントだからなのでしょう、普段の製作では「明日やること」言っ子も時々いるのですが今回はいませんでした!! パパ・ママへの思いが込められた花束になりました♪
★楽器遊び★
リトミックでは先月、タンバリン・カスターネット・鈴を用いて「楽器遊び」を楽しみました♪正しい持ち方を習い、自由に音を出してみる、リズムをとって鳴らしてみる、と段階をふんで

で「おもちゃのチャチャチャ」を合奏しました。はじめは持ち方がぎこちなかったり、力任せに叩いたりしていた子ども達ですが回を重ねるごとにリズムに合わせられるようになってきており、子どもの吸収力に驚かされています★クリスマス会では、合奏を取り入れて「ブレイメンの音楽隊」をご覧くださいませ。どうぞ期待ください★
★お散歩遠足★
11月17日。まぶしいほどの晴天の中、「滝の公園」までお散歩遠足に行ってきました。片道30分ほどの道のりを

「お花がきれい」「虫がいる!!」と周りにも目を向けて歩く余裕もありました。公園に着き、トイレに行ったら後まはしゃボン玉で遊びました☆たづぶりの陽ざしでキラキラ光るしゃボン玉に「きれい!!」「いっぱいできたら!!」と大喜びの子ども達でした。その後は丸太わたりやすべり台などのアスレチック、鬼ごっこ、虫探しや落ち葉拾い…それぞれ身体を動かしたり秋の自然に触れたりして思い切り遊びました♪その後はお待ちかねのお弁当です。「大好きなウインナーが入ってる!!」「おいしい♡」とみんなが本当に嬉しそうに食べていました。食事中はいろいろな木からぎんなんがドサッと落ちるのを見たのも良い経験となりました☆楽しい時間はあっという間で、帰りの道も最後まで頑張ってお帰りました。身支度をしてお昼寝の布団に入ると、あっといふ間に眠りについた子ども達です。保護者の皆様には週明けの朝早くからお弁当作り等のご協力をいただき本当にありがとうございます。これからも様々な活動を通していろいろな経験を積み重ねていきたいと思います。
(保育士 大友)



【今月のねらい】
★寒さに負けず健康に過ごす。
★保育者や友だちと関わりながら、好きな遊びを存分に楽しむ。
【先月の姿】
★手洗い指導★
こぐま組になってから二度目の手洗い指導がありました。



した。看護師の話をしつかりと聞いていざ、手洗いのスタートです。二度目ということもあり、手洗いの歌を声を出して歌いながら看護師の真似をし、上手に洗うことができていました★次はうがいです。それぞれお気に入りのコップを持ってきてウキウキな表情の子どもたち。初めてのうがいに「こつやるんだろっ」と困惑した表情をみせ様子を覗く子や、うまくできず水を飲んでしまう子もいました。ですが、何度か練習するうちにコップを握り上手にうがいをすることができていました。今では、食事の前やお散歩後の手洗いうがいが習慣となつていきます。



これからさらに寒くなり、感染症が流行する時期になってきます。手洗い・うがいをしっかりと行い感染症予防に努めていきます。
★秋の製作★
段々と寒くなってきた秋への移り変わりを感じられるようになってきました。気候の良い日は積極的に戸外に出掛けています。こぐま組ではマイバックを持って秋を探しに行きました。「黄色い赤だ!」と葉っぱの色の変化に気がついたり、どんぐりや銀杏などを見つけてみたり、匂いを嗅いでみたりと秋の自然をたくさん見つける子どもたち! また、「こつちにもあるよ!」「あつち行ってみよう」など友達に声を掛けたり、手を繋いで一緒に探索をたのしんだりする姿もありました。

葉っぱやどんぐりなど「あつち」思ったものを拾い、保育園に持って帰って製作を行いました。みんなで大きな木を書き、色を塗って拾ってきた葉っぱやどんぐりを好きな所に貼り、世界に

つだけの素敵な木が完成しました★クラスの壁に貼ってあるのでぜひ見てみてください! 今後さまざまな自然物に触れながら、季節の変化を感じられるようにしていきたいと思っています。

★勤労感謝の日★
11月23日の「勤労感謝の日」に、日頃働いてくれているパパとママへの労い感謝の気持ちを込めてプレゼントを作りました。今年は、写真入れと手・足型のキーホルダーです。写真入れには花束と将来大きくなったらなりたいものに変身した子どもたちの写真を貼りました。花束は、初めてハサミを使うて切り紙に挑戦。保育者と対二つずつ慎重に切り、様々な形のかわいらしい花束が完成しました♪上手に切れず難しい表情を見せる場面もありましたが、ママや

パパへの思いを乗せながら仕上げることができました! 裏には、将来なりたいものを聞き、「エルサーヤ」「あかし」「ウルトラマン」などとても微笑ましいものがたくさんありました。ぜひお家でも聞いてみてください!★もう一つのキーホルダーでは足型を取る機会がなかったのので、ドキドキする表情をみせる子どもたち。足に筆をつける「くすくすしたい」「冷たい!」と不思議な感触にみんなが笑顔になりました。完成すると「ママに見せよう!」「お家持って帰ってもいい!」と満足気な表情をみせる子どもたちでした。今回子ども達がお花や台紙、リボンなど全ての色を選びました♪とっても思い詰まったプレゼントが完成しました★
(保育士 菊地)