

おすすめの絵本

夏まつりの季節  
到来ですね

わにわにのおでかけ  
小風さち 山口マオ・絵  
(福音館書店)



# さくら新聞

～笑顔de共育て～



令和6年7月1日発行  
石神井町さくら保育園  
〒177-0041  
練馬区石神井町7-25-45  
TEL 3997-0070  
FAX 3997-0972



月の主題：楽しい夏を過ごそう  
保育のねらい：  
七夕、泥んこあそびや水あそび  
など夏のあそびを十分楽しむ。

## \*いよいよ育児講座です\*

日時：7月6日(土)9:30~11:00  
\*対面とZOOMの併用開催

テーマ：『わにわにが うまれるまで』

講師：こかぜ  
小風 さち さん (絵本・童話作家)

\*詳細は、6/28に配信しました『育児講座のお知らせ』をご覧ください。



## \*石神井公園七夕飾り

日時：7/1(月)~7(日)  
場所：サービスセンター前桜並木

今年も石神井公園の七夕飾りの催しに4、5歳児クラスが短冊を飾る形で参加します。たくさんの七夕飾りが並び、涼やかさを感じられます。どうぞ足をお運びください。

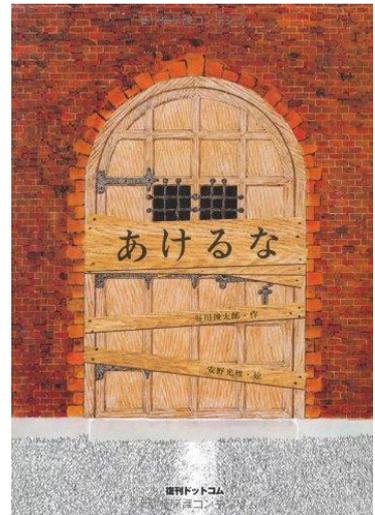
## くるくるリユース会 大盛況！！

保育園内で誰かが着なくなった服や靴がちょうどぴったりの人のもとへくるくと

リユースできるといいなという思いで始まったくるくるリユース会。詳細を特集ページに載せています。どうぞご覧ください。



## 物語の扉を開く



『あけるな』(谷川俊太郎 作・安野光雅 絵復刊ドットコム)の絵本を手に取ってみてください。まず、どんなことを感じられるでしょうか。古いレンガ造りの建物に、重厚な扉。「あけるな」と書いてあるだけでは、簡単には開けられないように、板で釘打ちされた物々しい雰囲気。見るからに何か物語がはじまりそうで、どきどきして扉(ページ)を開くことを一瞬、躊躇される

(次の頁へ)



## 7月 行事予定

日	曜日	内容
2	火	身体計測 (乳児)
3	水	身体計測 (幼児) カレー作り (5歳児クラス)
5	金	七夕 (盆踊りを楽しみます) ニコニコフォト
6	土	育児講座(小風さち氏)
8	月	笹おくり
9	火	おはなし会 (幼児)
17	水	アートくらぶ (3歳児クラス)
22	月	避難訓練

- ・絵本貸出 (全園児)  
貸出日：木曜日 返却日：月曜日
- ・ゲーム貸出 (5歳児クラス・在園児の兄弟)  
貸出：毎週(水)(木)(金) 返却：(火)
- ・保育実習 6/27~7/11 1名 (貞静学園大学)

(前頁からのつづき)

のではないのでしょうか。子どもの頃にこの絵本に出会い、不安を感じながら扉を開いたことを覚えています。内容が気になりますよね。どうぞ、ご自身で手にとってみてください。

小さい頃、夏休みなど長い休みのときは、広島県の山奥の祖母の家で長期間過ごし、文字どおり野山をかけまわって、従兄妹たちと遊んでいました。祖母の家の近くの小川の源流がどこまで繋がっているのか知りたくて、水筒をもって裏山に分け入ると、養鶏場から逃げた鶏が獣に襲われたらしい残骸の骨を見つけてショックを受け、怖い夢をみたこと。従兄妹たちと、アキアカネ(赤とんぼ)をひたすら捕まえては座敷に逃がし、部屋を真っ赤にして、祖母にこっぴどく叱られたこと。目の裏に焼き付いている紅い部屋の光景や、山で骨を見つけた時の胸をきゅゅとつかまれるようなドキドキした思いは、小さな冒険や悪戯の思い出と共に心に残っています。

自然の中に身を置くとき、感性が研ぎ澄まされ風の匂いや鳥や虫の音が向こうの世界につながる扉に気づかせてくれるようになります。大人になった今も、ふとした瞬間に香ってくる沈丁花やキンモクセイの香りが、小さい頃の記憶を呼び覚ましてくれることが、皆さんもきっとある



ことと思います。

さて、保育園でも、子どもたちが絵本や物語に触れ、園庭や石神井公園など身近な自然の中に出かけていくと、絵本の世界と共通するものを見つけ、顔を輝かせて大人や友だちに報告して、喜びあっている姿をよく見かけます。4歳児クラスでは、春からカズコ・G・ストーン氏の「やなぎむら」のおはなしシリーズを楽しんでいて園庭で蝶々を見かけると「あ、モナックさんが遊びにきた!」「本当だ、モナックさくくん」と絵本に出てくる蝶々の名前を呼んで喜びあっていることがありました。向こうの世界とこちらの世界の共通点の発見は、向こうの世界に行く扉の発見でもあり、子どもたちの想像力が豊かに広がるきっかけともなっているように感じます。



写真①、②は、かつて共に過ごした子どもたちが散歩の途中でそっと教えてくれた、「こびとの世界へつながる扉」です。向こうの世界への扉は意外に身近にありますよ。

これは物語の世界にかぎらない。想像する心があれば、もう開かないと思っても、開かない扉はない。「終わりの扉は決してないのだ。想像する心さえあれば...そのことをたくさんのお話がさまざまな人物や、物語世界のなかでかたりかけてくれている...人は見えるものばかりに心を奪われがちだけれども、この世はそれだけではない。どうしても見えない世界はある。見える世界と見えない世界の間から、人の命といつてもいい想像力が生まれてくるのだと思う。「ファンタジーが生まれるとき『魔女の宅急便』とわたし」角野栄子著 岩波ジュニア新書より抜粋

魔女の宅急便の作者である角野栄子氏の言葉です。向こうの世界に自由に行き来できる子ども時代は実に短いものです。子どもが子どもらしい「子ども時代」を過ごせるよう保障することが、私たち大人の努めだと思っています。

子どもと共に、物語の扉、向こうの世界につながる扉をあけてみませんか。

文責 有馬 聡子

### 酸味をうまく使って夏バテ予防!

酸味は食べ物が腐っていたり、熟れていないことを知らせる味なので、食べ慣れないとなかなかなじめない味でもあります。食経験を積み重ねる事でだんだんと好きな味になっていきます。保育園でも、離乳食から少しずつ取り入れて慣れていきます。

料理にお酢を使用すると、さわやかな酸味が食欲を増進し、疲労回復効果もあるため、夏バテを予防する為に夏は特に取り入れたい調味料です。

#### 酸味のある食べ物のとりいれ方の例

##### ①ヨーグルト

プレーンヨーグルトに酸味がやわらぐ程度、砂糖をいれる



1歳以上のお子さんはお砂糖の代わりにはちみつをいれても良いですね

##### ②野菜や果物

皮をむいたり、切ったり、そのまま食べられる



##### ③味つけに利用

- ・さっぱり和え  
酢+三温糖+塩+しょうゆ
- ・切り干し大根と小松菜のサラダ  
酢+米ぬか油+三温糖+塩+しょうゆ
- ・豚肉のマリアナソース  
塩+こしょう+オリーブ油  
+トマトピューレ+ケチャップ  
+中濃ソース+三温糖
- ・魚のパン粉焼き  
酢+オリーブ油+料理酒+塩  
+こしょう
- ・お肉や魚の和風レモンソース  
レモン汁+しょうゆ+バター



文責 佐藤 志織

気温も湿度も上がり、今年も暑い夏がやってきました。子どもも大人も食欲が落ちやすく、冷たいものを多く摂ると、胃腸の調子も崩れやすいです。食欲がわくような食材選びや食べやすい味つけを工夫していきましょう。

#### 7月のお楽しみランチ

##### 昼食

- ・ご飯
- ・そうめんとおクラのスープ
- ・七夕ハンバーグ
- ～天の川がけ～
- ・かぼちゃとチーズのサラダ
- ・ボイルえんどう



##### おやつ

- ・ブルーベリージャムサンド
- ・牛乳



#### 果物で酸味トレーニング

柑橘類は手軽に取り入れられる酸味のある食品です。日本では多種多様な種類の柑橘がつくられています。

保育園でも旬の柑橘をおやつで出していますが、酸っぱさが苦手であったり、食べる機会の少ないものは苦手な子も多いです。反対に、甘みの強いバナナを使うおやつは好まれて、よく食べている傾向があります。

海外で採れる果物は遠くから運ぶため、防腐剤や防カビ剤などが使われているので、栄養士が使用の頻度を考えながら取り入れていきたいと思えます。

ご家庭でもいろいろな旬の果物を取り入れてみてください。



### 熱中症を予防するために早めに水分補給をしましょう

#### ～保育園での水分補給の様子～

#### 水分補給のポイント

##### \*のどが渇く前に飲む

「のどが渇いた」と感じた時には身体はすでに水分不足の状態です。

1日を通して定期的に水分補給をしましょう。

##### \*少しずつ、こまめに飲む

一度にたくさん飲んでもうまく吸収できないので少しずつこまめに飲みましょう

##### \*就寝前・起床時、入浴前後に飲む

##### \*食事からも水分摂取

汁物や水分の多い野菜・果物を積極的に摂って、食事からも水分摂取しましょう。



水分の多い野菜や果物の例



昼食やおやつの時や活動前後や飲みたい時に水や麦茶で水分補給しています。

# 自分のからだの大切なばしょ

6月からシャワーも始まり、裸になる場面があり、楽しさからついふざけてしまう姿も見られます。そこで幼児クラスにはプライベートゾーン（プライベートパーツ）についてはなしをしていきます。

「自分のからだは自分だけの大切なもの」「自分や自分以外の人も大切にすることについて一緒に考えていきたいです。

性教育や性犯罪防止に繋がる第一歩になれば・・・と思っています。

このことを子どもに教えるのは、どのタイミングでどのように伝えて行けばよいのか悩むところだと思います。

まずはお風呂でプライベートゾーンがからだのどの部分なのか、人に見せない場所で、断りなく見たり触られたら「いやだ」「やめて」と言っていることを伝えましょう。

また、自分でやさしく洗って、清潔にしておくことを教えてください。

# 保健

文責 佐々木 優子



春からみられている目やに・充血・ものもらいなど目のトラブルがまだ続いています。先月は歯科健診がありました。園医の大嶋先生が「本当にみんな歯がきれいね」と感心されていました。朝の歯みがきのご協力ありがとうございました。

水着でかくれる所とくちびるをプライベートゾーンといいます。

## プライベートゾーン



自分の心と体を守るためには、プライベートゾーンを人に見せたり、触らせたりしないことが大切です。

また、人のプライベートゾーンを勝手に見たり、触ったりしません。

## 夏に多い感染症

\*ウイルスの型が多いため、何回もかかることがあります。

\*予防は手洗いとうがいです。

### 手足口病



手のひらや足、口、おしりなどに小さい水疱ができます。かゆみや痛みが出ることも。発熱することもあります。

感染症届出書

### ヘルパンギーナ



高熱とのどの痛み。のどに水疱や潰瘍ができるためひどく痛み、食べられなくなることも。

感染症届出書

### 咽頭結膜熱(プール熱)



高熱・のどの痛み・結膜の充血・目やにがみられます。原因はアデノウイルスです。下痢・おう吐・頭痛の症状がでることも。

登園許可書

## おうちで休むときは・・・

### 水分補給をしっかり

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのを嫌がりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たりの良いものを少しずつ取らせるか、脱水にならないようにこまめに水分を飲ませるようにしましょう。



### 回復するまで

夏風邪は、どれも特効薬はありません。休むことが一番の薬です。しっかり休んで回復させる方が振り返りにくく、長引きません。

## こんなときは・・・? 《とびひ になった時は・・・?》

「感染症届出書」が必要です。

虫刺されやあせもなど、暑くなってくると皮膚のトラブルが多くなってきます。傷ついた肌を汚れた爪でひっ搔くと、傷口に細菌が感染して「とびひ(伝染性膿痂疹)」になることがあります。

搔き壊したり水泡が出来たら、とびひかもしれません。水泡が破れて中の液がついた所にとびひが広がってしまいます。ガーゼで覆って受診しましょう。抗菌薬の塗り薬と飲み薬、痒みどめが処方されるかと思います。



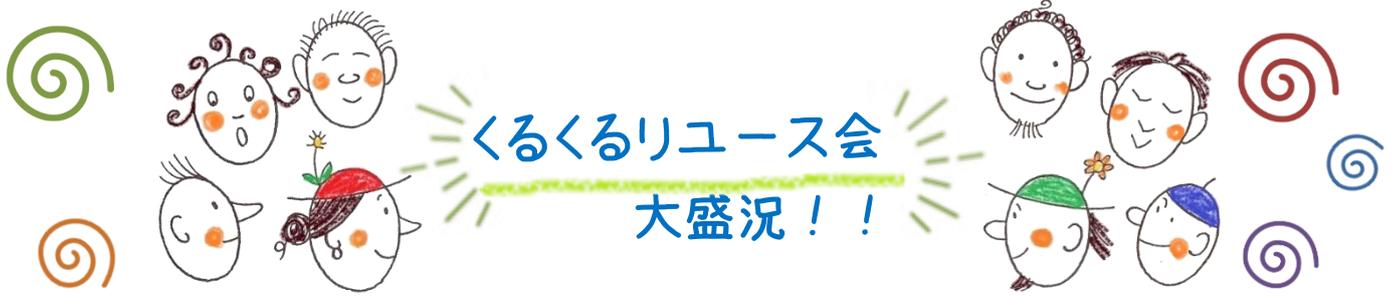
### とびひの予防

- 日頃から皮膚を清潔に保つ
- 傷やあせも、虫刺されの処置をしっかり
- 鼻をいじらない(鼻にはとびひになる菌がいっぱい)
- アトピー性皮膚炎の方はバリア機能が悪いので、特に保湿を心がける
- 爪を短く切る

### とびひになったら日常生活で注意すること

- 傷がジュクジュクしたら受診しましょう
- 患部を搔いたり、いじったりしない
- 細菌を減らすためにシャワーで皮膚を清潔に保つ
- タオルや衣類は共有しない





# くるくるリユース会 大盛況！！

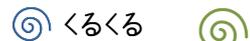


くるくるリユース会でいただいたTシャツを早速着て帰りました。「やったー、●●ちゃんの好きなのがあったー」と大喜びでした。ありがとうございました。



くるくるリユースでもらったお洋服がとても気に入ったようでずっと「着たい！着たい！」  
「お洗濯終わった？」と聞かれていました。

保育園内で誰かが着なくなった服や靴がちょうどぴったりの人のもとへ



くるくる リユースできる

といいなという思いで始まった

## くるくるリユース会！！

主旨をご理解いただき、たくさんのご協力をありがとうございました。洋服を親子で楽しそうに選んでいる様子がとても素敵で、大好評だったので、次回10月に予定したいと思っています。お楽しみに・・・



くるくるリユースの取り組みありがとうございます。昨日の帰り、さっそく立ち寄りました。赤い電車の絵のシャツを見つけ、「●●君、これにする！」と決めていました。持ち帰りすぐに家で着て嬉しそうでした。あまり着ずに終わってしまう子供服もあり、捨てられずにいたところ、また喜んで着てもらえるのは嬉しいものですね。



