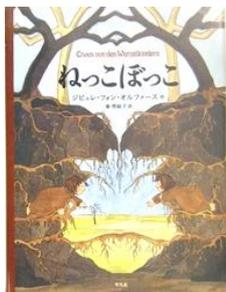


おすすめの絵本

「ねっこぼっこ」は田舎の土の中



*大地のかあさんの声で土の中

さくら新聞

～笑顔de共育て～



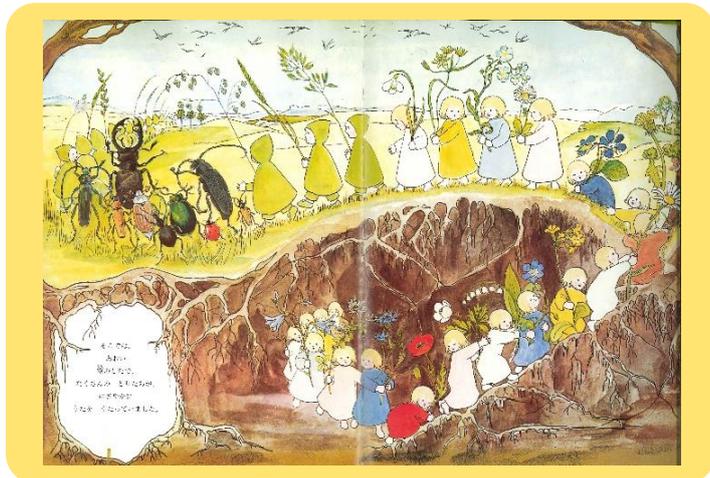
令和6年5月1日発行
石神井町さくら保育園
〒177-0041
練馬区石神井町7-25-45
TEL 3997-0070
FAX 3997-0972



月の主題：一緒に遊ぼう

保育のねらい：

・自然に親しみ、戸外で元気に遊ぶ



『5月のうた』

石神井町さくら保育園の玄関ホールに飾られている花を持つ子どもたちの人形をゆっくりご覧になったことがありますか。18体のかわいい人形たちが様々な花を持ってならんでいます。これは絵本の部屋にもありますが「ねっこぼっこ」という絵本に描かれている「花の子どもたち」の人形で、別名「ねっこぼっこ」、あるいは「根っこの子どもたち」とよばれています。

モーツアルトの作品に「5月の歌」あるいは「春へのあこがれ」という曲があります。古くからヨーロッパでは、5月はすべての命が冬の寒さから目覚めるとき、つまり「春」の始まりとされてきました。

Wendt & Kühnというドイツの有名な木彫工房で作られているこれらの人形は、その品質、上品さ、芸術性などが高く評価され、ドイツのおもちゃ博物館などにも展示されています。

この子どもたちが春になると木の根っこの下から出てきます。そして「ねっこぼっこ」が野原を進んでいくと、野原一面に花が咲いていきます。つまり「春を連れてくる子どもたち」なのです。保育園の門を入ったところにもスズランの花が咲き始めました。さくら保育園のねっこぼっこたちも目を覚ましたようです。4月に緊張とともに始まった新年度ですが、それぞれの年齢なりに緊張も解け、今日も楽しそうに遊ぶ声が聞こえてきます。

子どもたちがこれから咲かせてくれる小さな花を、私たち大人が一緒に、しっかりと見守っていきたくです。 (文責：樋口正春)

5月 行事予定

日	曜日	内容
1	水	身体計測 (乳児)
2	木	身体計測 (幼児)
9	木	全園児内科健診
14	火	おはなし会 (幼児)
15	水	アートくらぶ (5歳児クラス) ニコニコフォト撮影日
16	木	アートくらぶ (4歳児クラス)
17	金	地震の避難訓練 (全園児)
22	水	アートくらぶ (3歳児クラス)

・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)

・学生保育ボランティア (東京家政大学より)

10、14、17、21、24日

練馬区保育園連絡メール テスト配信について

***5月9日 (木) 9:00**

連絡メール稼働確認のために、テスト配信を実施します。

[メール確認のURLのタップ](#)にもご協力おねがいします。



キッチン



文貴 田島 純怜

5月の お楽しみランチ

おやつは、まつぼっくり組のリクエスト『ぐるんぱのようちえん』より



『とくだい びすけっと』を作ります。



よく噛んで食べると

良い事は

食事は良く噛んで食べましょう。と言われていますが、よく噛むことでどんな良い事があるのでしょうか。

①唾液の分泌が増える。

…唾液は口の中の汚れを洗い流し、きれいにしてくれます。また、消化酵素がしっかりと働き、食事の消化吸収を助け、胃腸の負担を減らします。

②味覚の発達

…食べ物の形や硬さを感じる事が出来、味が良く分かるようになります。

③脳の働きが活発化

…脳に流れる血液量が増加し、集中力や記憶力が身に付きます。

良く噛んで食べられる

おすすめ食材

食材の固さよりも噛む回数が大切です。良く噛める食材として、生野菜や、きのこ、根菜、切り干し大根、高野豆腐、ひじきなどが良く噛む練習になります。大きさは、1〜2cmくらいにすると、子どもの口にも入り、しっかりと噛むことが出来ます。

汁物+きのこ



煮物+高野豆腐や切干大根など



よく噛むポイント

◎歯ごたえを残す

…野菜の繊維はなるべく残し、お肉は脂身の少ない豚モモ肉などを選ぶと良いです。

◎食材の組み合わせ

…柔らかい食材に歯ごたえのある食材を組み合わせると、よく噛む料理になります。

◎水を飲むタイミング

…食べものを口に入れて、飲み込むまでの間に水を飲んでしまうと、まだ噛んでいない食材も一緒に飲み込んでしまいます。

口の中がなくなつてから水を飲むようにすると、食べ物も最後まで味わうことも出来るので良いです。

◎せかさない

…食事をせかすと子どもは、よく噛まずに飲み込んでしまうようになるため、無理のない範囲で時間を取ってゆっくり食べるようにすると良いです。

ぜひ！お子さんと一緒に作ってみてください。食べる時は、喉に詰まることがないように、良く噛んで食べましょう。

よもぎ団子レシピ (4人分)

☆材料☆

- ・白玉粉 35g
- ・上新粉 7g
- ・よもぎ 20g
- ・砂糖 12g
- ・水 25g
- ・きな粉 12g
- ・砂糖 12g

☆作り方☆

- ①よもぎを茹でる。
- ②茹でたよもぎをミキサーでペースト状にする。
- ③白玉粉、上新粉、ペースト状にしたよもぎ、砂糖、水を混ぜる。(※水は固さを見ながら入れる)
- ④耳たぶくらいの固さになったら、団子状に丸め真ん中を潰し、火を通しやすくする。
- ⑤沸騰したお湯で、茹でる。
- ⑥浮いてきてから3分ほどしたら冷水に取り冷ます。水気を切ったら完成！



やし組 よもぎ団子作り



やし組は、園で摘んだよもぎを使ってよもぎ団子作りをしました。

茹でたよもぎを、子どもたちの前でミキサーにかけ、すり鉢ですり、その香りから季節感を感じてもらいました。その後、グループに分かれて子どもたち自身で材料を混ぜ、大きい固まりから一人三個ずつに分け、丸めて団子を作りました。

グループによって、材料を入れたり、混ぜるところも全部協力しているグループや、粉を入れる子、水を入れる子、など役割分担を自分達で決めているところもありました。

みんなで、おやつ時間にきな粉をかけて食べ、お皿に残ったきな粉まで、きれいに食べている子もいました。

終わった後に「楽しかったし美味しかった！」と声を掛けてくれ、やし組の子たちにとって、これからも良い思い出として残ると良いな。と思います。



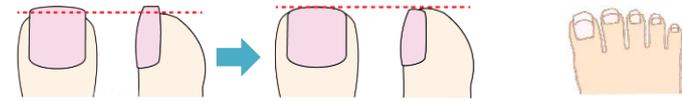
つめが伸びていませんか？

爪が伸びていると・・・

- ・掻いた時に、皮膚を傷つける（そこから菌が入るも・・・）
- ・汚れがたまり菌が増える（せっかく手を洗っているのに・・・）
- ・肌を傷つけてしまうかも（自分も友達もきけん！）
- ・ぶついたり、ひっかけてめくれる（思わぬケガのもとに！）

爪の長さ→指のお肉が下がる位置

足の爪も忘れずに



内科健診のお知らせ
 5月9日(木)9時30分
 全園児内科健診を行います。
 髪の毛の長いお子さんは結んできてください。

春は風が強い日が多く、黄砂や花粉の影響もあり、大人も子どもも目が赤くなったり咳や鼻水がでることが多かったです。気温差や新年度の疲労と重なって体調を崩しやすい時期でもあります。GWのお出かけ後は、ゆっくりできる日を設けて元気に登園してきてください。

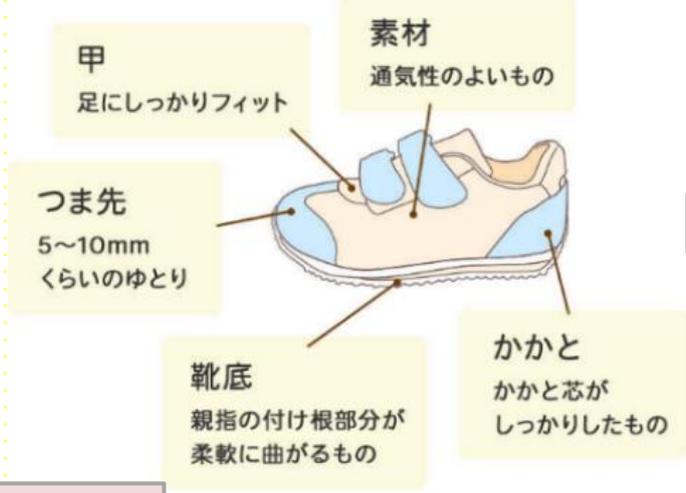
文責 佐々木 優子



靴のサイズはありますか？

靴の履き方を正しく教わることでほとんどないですよ。実は靴の履きかたひとつで、歩き方、身体のバランスが変わってしまうほど重要です。靴が合わないで転びやすい、疲れやすい、足指の変形、運動量が増えたとたん足裏や膝・股関節が痛むことがあります。一方で子どもの運動神経の発達には12歳ころまでに完了すると言われています。小さなころから体を動かすことは成長に欠かせません。保育園で十分にからだを動かすことが出来るように、体を動かしやすい服装とサイズにあった靴を履きましょう。

靴選びのチェックポイント



半年に一度はサイズを見直しましょう

3歳半までは、半年で約1cm、以降は5mmずつ大きくなります。なので、3歳までは3ヶ月ごと、3歳以降は半年ごとに靴のサイズの見直しをしましょう。

指はグーパー動かしているかな？



土踏まず (つちふまず)

- 3歳ころから出来始めます。役割としては、
- ①バランスを保つ・・・歩き始めた子どもの歩き方が不安なのは、この土踏まずがないからです。
 - ②体重を支える・・・まっすぐ立つ姿勢を保っています。
 - ③クッションになる・・・歩く・跳ぶ・跳ねるなどの衝撃をやわらげてくれます。
 - ④足の指の動きが良くなる・・・筋肉が足の指に繋がってるので、足の指を使うと土踏まずがつくれます。

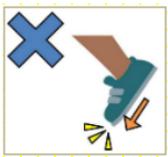
土踏まずを育てるには、形成される3~6歳の時期に屈曲性の良い靴を履いて、たくさん歩いて足を使うことが大事です。

靴のはき方

- point ・かかとを合わせること
 ・マジックテープは甲を押さえつけるように止めること



×つま先トントン
 つま先をトントンすると、靴の細い方へ足先は押し込まれ指先の空間を潰します。



こんなときは・・・？ 《 上唇小帯(じょうしんしょうたい)が切れた！ 》

「上唇小帯」って聞きなれないですね。上くちびるの裏側の真ん中にあるひものような部分で、子供が転んだときによく切れる場所です。出血することがありますが、落ち着いて、ガーゼや上くちびるの上から指で圧迫して止血します。くちびるや口の中の粘膜は、柔らかくて出血しやすい部位ですが、普通は数分で血が止まり、自然に治ります。ぶつけて歯のグラつきなどが心配なときは歯医者さんでみてもらいます。





草で遊んでみませんか

文責 堀家 明美

花の名前を知ると、それまで気付かずに通り過ぎていた花が目に残り始めます。園庭や、石神井公園、道路の片隅に咲いている花や草に目を向けてみませんか？

オオイスノフグリは小さな青い花ですが、フーツと強く吹いても花は落ちません。ところが、爪楊枝のような細い棒で花の真ん中をついたり、ガクの部分を摘んだりすると、花だけポロリと落ちて、不思議です。見つけたらぜひ、お試しください。

ヤエムグラは四角い茎に輪状に葉が生えているので見つけやすいです。草全体がザラザラしています。このザラザラを利用して服にくっつけて遊べます。春の七草の一つでもあるナスナはペンペン草とも呼ばれています。実の形が三味線のバナの形に似ているからとか。この実の部分を下に引っ張り、千切れないよう気を付けながら剥いていくと、音あそびができます。実の部分をたくさんブラブラにしたら、茎を両手で、又は指で挟んでこすり合わせて、クルクル回すとバラバラと面白い音がします。



オオイスノフグリ



ナスナ



ヤエムグラ

ペタッと服にくっつけて、ヤエムグラのフツペン

耳を澄まさないとな聞こえない小さな可愛らしい音です



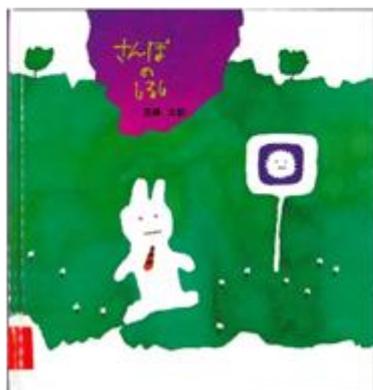
「さんぼのしるし」

五味 太郎 さく
福音館書店

子どもたちが発見して「みて！」と見せてくれた自然物一つひとつの写真。ぶるんぶるん、ふわふわ、によるによる・・・美しいもの、不思議なものがたくさんあった絵本です。じっくりながめたくくなります。

「みてみて！」

写真・小西貴士
ことば・谷川俊太郎
福音館書店



うさぎのしるしの、うさぎさんのうちから、うさぎさんがおでかけです。行く先々に「しるし」の看板があります。これは何のしるしなのかあと考えながら、うさぎさんと一緒に散歩を楽しめます。自分たちで「しるし」を作るのも面白そうです。



『笑顔で共育て』とSDGsの人類がこの地球で暮らし続けていくために・・・

くるくるリユース会

始めます



昨年度、石神井中学校の『届けよう 服のチカラ』プロジェクトの際に、たくさんの洋服が集まりました。

まだまだ着られる素敵な洋服がたくさんあり、職員の間でも「この服かわいいから自分の子に着せたい」「保育園の貸し出し用にいいな」などの声が上がっていました。

そこで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。というやりとりが行えるのではないか!という事で今年度機会を設けたいと思っています。

ご家庭で着なくなった子ども服や靴、タオル等持ってきていただき、集まったものを自由にお持ち帰りいただこうと思っています。

*6月頃に第一回目を予定しています。

リユース会で集めるもの

- 子ども用衣類(夏服・冬服は問いません。)
- 子ども用外靴、上履き(まだ履くことができるもの)
- 未使用又は未使用に近いタオル(バスタオルの大きさまで)

*下着、靴下など今回は回収いたしません



石神井中学校の『届けよう 服のチカラ』プロジェクトで集まった洋服です

