さくら新聞

令和７年12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

～笑顔de共育て～

月の主題：楽しい師走
保育のねらい：
・師走の雰囲気を楽しむ

おすすめの本

『サンタクロースの部屋　子どもと本をめぐって』
松岡 享子著
（こぐま社）

大きくなったね会

子どもたちの成長を保護者の皆様と共感できることを願って、４歳児・５歳児クラスで『大きくなったね会』を実施いたします。子どもたちに過度な負担を強いて練習させることなく日々の保育の中で身に付けた力や成長した姿を楽しく表現できる会になればと願っています。

遊びの環境づくり

石神井町さくら保育園の保育室には、実に多彩、多様なおもちゃが取り揃えられています。日本の保育園でこれほど「遊びの環境づくり」が充実しているところはあまりないと思います。私がドイツの幼稚園を初めて訪問した時に、実にたくさんのおもちゃが揃えられていることに驚いたのはもう40年以上も前のことです。朝９時頃にその幼稚園を訪問したのですが、保育室を見ると、50㎝以上の高さに積み上げられた積み木の塔がありました。まだ子どもたちが登園して間もないのに、いつの間にこんなに高く積んだのだろうと思い、そのクラスの先生に尋ねたところ「昨日からの続きを遊んでいるのですよ」と言われ驚きました。日本の保育園などでは、「遊んだ後はお片付け」という考え方が中心で（今でも、まだそんなところがたくさんあります。）「昨日の続きの遊びができる」ということが驚きでしたが、子どもの気持ちになってみれば当たり前のことだということに日本の保育者はまだ気づいていなかったのです。今の石神井町さくら保育園の子どもたちの遊びを見れば、幼児の保育室はまるで「森」のように大きな樹が何本もたっています。一年中森の中で過ごしているようで、季節と共に森も変化しますし、その時々に楽しんでいる絵本やものがたりとも深くかかわりながら森の様子も変化していきます。

その中で、子どもたちが生き生きと「物語の世界」を楽しみ、自由にのびのびと表現している絵や造形も、様々なごっこ遊びを楽しんでいる姿も、40年以上前にドイツの幼稚園で感じた驚きをはるかに超えて、毎日目の前で展開されていることに感動を覚えます。日常の生活や遊びの中から「生きる喜び、楽しさ」を学んでいくのが子どもたちですが、それは子どもと共に喜びを感じてくれる大人がいてこそ実現していくのだと思います。日々の保育士たちの努力と幸せな子どもたちの様子を見ながら、保育という素晴らしい仕事に出会えたことに感謝するこの頃です。

（文責：樋口　正春）

12月　行事予定

		内容
＊保育参観、面談：3歳児クラス		
2	火	大きくなったね会総練習（４、５歳児クラス）
3	水	身体計測（乳児）
4	木	身体計測（幼児）
5	金	**大きくなったね会（４、５歳児クラス親子）** ニコニコフォト
9	火	おはなし会（幼児クラス）
10	水	アートくらぶ（４歳児クラス） ふれあいランチ
11	木	全園児内科健診９：３０～
12	金	アートくらぶ（3歳児クラス）
18	木	**保護者会（５歳児クラス）** **＊別紙おたよりあります**
26	金	もちつき（鏡餅づくり）
29	月	休園日
30	火	休園日
31	水	休園日

・絵本貸出（全園児）
　お休み日：４日（木）、25日（木）
・ゲーム貸出４、５歳児クラス・在園児の兄姉
　→貸出：(水)(木)(金)　返却：(火)まで

お知らせ

保育最終日
令和７年12／27（土）

保育開始日
令和８年１／５（月）

お迎え時の園庭への通路について

書面開催の運営委員会のお手紙でもお知らせしましたが、今後、園庭への通り抜けは、幼児保育室を通っていただいてかまいません。積み木遊びのそばを通る際は、どうぞお気を付けください。

練馬大根が登場します！

練馬区立保育園全体の取り組みとして区内農産物を使った食事の提供により、子どもたちの食育を推進し、また食への興味関心を深める機会を増やすため、今回、その取り組みの一つとして12月7日に練馬区内で開催される「練馬大根引っこ抜き競技大会」で収穫された練馬大根を献立の中に使用します。

使用する献立は、12月8日(月)おやつの鶏肉うどんです。収穫された新鮮な大根と葉を、たっぷりの出汁に入れ、柔らかく煮込み醤油ベースの味に仕上げます。寒い冬にぴったりの身体の温まるメニューです。

子どもたちには、葉付きの練馬大根を見て触って味わってもらおうと思います。

※農産物のため収穫量により納品が困難なときは給食に使用できない場合もあります。

保育園でも育てています！

大きな葉をつけ順調に育っています。根元には、まだまだほっそりとした白い根が隠れていました。

収穫したらなににする？

生で食べるのも好きなんだよなぁ～～

大根ニガテ～～～

収穫したらまた、みんなで考えていこうと思います。

人気の副菜　試食会

練馬大根葉のお土産付き

日時　令和7年12月8日（月）16：00～18：00

場所　ホール(保育園内)

参加方法

申し込みの必要はありません。当日は自由入場のため、開催時間内でしたらいつでも出入りが出来ます！

※練馬大根葉には限りがあるのでなくなり次第、配布は終了となります。ご了承ください。

「保育園の野菜なら食べられる！」

子どもたちの苦手な野菜、緑の副菜…保育園の味を食べてみませんか？

園で人気の、磯和えやサラダなど子どもたちが大好きな野菜メニューの試食を行います！

「なんだか、このサラダ懐かしい」と学校給食を思い出す味付けにも、再び出会えるかもしれません。

当日は、練馬大根の葉をお土産として用意しています。先着順で80家庭分配布予定です。すぐに役立つ大根葉レシピも公開予定です。たくさんのご参加お待ちしております。

キッチン

文責：野村　七穂

12月の特別な献立

22日　冬至「ほうとう」

25日　クリスマス「お楽しみランチ」

26日　おもちつき「みそ焼き餅」

ついたお餅は鏡餅にするため、子どもたちは食べません。炊いた米を軽くつぶし焼いた餅をおやつに食べます。

❀お楽しみランチへかけた思い❀

練馬区の公立保育園の食事は、区の栄養士により栄養価の計算されたバランスのよい献立が作成されています。それをもとに、各園が子どもの成長に合わせ、創意工夫を凝らして、調理を行い、おいしい食事を子どもたちに届けています。

さて、そんな練馬区保育園の給食事情ですが、実は、お楽しみランチは、毎月各園の栄養士がオリジナリティあふれる献立を作っているのです。私たちの園では、季節や行事を大切にした献立を心掛け、特別ながらもどこかほっと安心する味が感じられるよう工夫をしています。

時には、保育と調理で意見を出し合い、食材選びから、盛り付け方法までを話し合うこともあります。一番近くで子どもたちの好きなものから苦手なものまで、見ている私たちだからこそ、考えられる献立は毎月、特別なものになります。

先日やし組の子から「うんどう会のがんばろうのときのおやつ、なんだっけ？」と質問。「あぁ！ココア揚げパン？」と私。「そう！ココア揚げパン！！また食べたいんだよねえ。また作ってほしいよ」と真剣な顔でお願いを受けました。彼は10月のお楽しみランチがすごくおいしかったようで、時間が経った今でもこんな風に教えてくれることが、私はとても嬉しかったです。

１２月２５日　クリスマスお楽しみランチ

この日の朝は、届いたクリスマスプレゼントに子どもたちは心躍らせていることと思います。そんな特別な日にキッチンからも、おいしい食事のプレゼント。中華オードブルのようなご馳走にしてみました。

※おひる※

＊わかめご飯
＊豚肉とたまねぎのスープ
＊甘酢あんのクリスマスミートボール
＊さつま芋の甘煮
＊春雨の豆乳ドレッシング和え

※おやつ※

＊クリスマスケーキ

（なんとおやつは、自分で作るクリスマスケーキ！トッピングはみかん缶とみんな大好きいちご）

＊牛乳

保健

文責　佐々木　優子

インフルエンザが流行りました。子どもたちには、健康教育を通してどうして予防が大切なのか、どうしたら風邪を防げるかを学んでいって欲しいと思っています。

年末年始は、医療機関も休診が多くなります。かかりつけ医の休診日を確認しましょう。

健診のお知らせ

★内科健診　12月11日（木）　９時30分～
★歯科健診　12月17日（水）　９時30分～
朝の歯みがきをお願いします

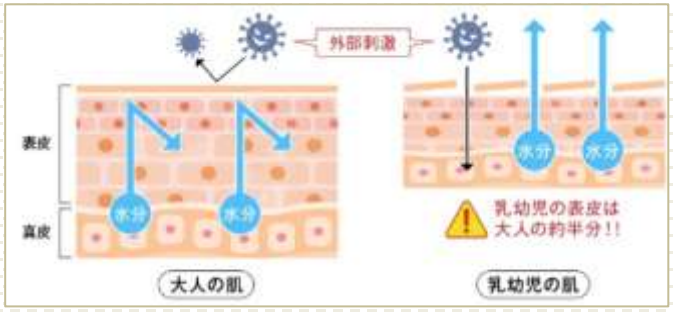
歯科は予備日が作れるか未定ですのでなるべくお休みのないようにお願いします。健診時間だけの登園でも構いません。

冬のスキンケアは毎日行うことが大事です

子どもの肌はおとなと違う！

皮脂が少なく角質層がうすい

そのため、肌を守る「皮脂膜」を作れず、「バリア機能」も未発達です。
丁寧なスキンケアでサポートしてあげましょう。



スキンケアは「清潔」と「保湿」です。

ポイント１　やさしく洗いましょう

体をごしごし洗うと、皮膚を守るバリアまで洗い落としてしまいます。石けんをしっかり泡立ててやさしく洗いましょう。冬は手で洗うだけでも汚れは落とせますよ。

ポイント２　保湿しましょう

朝夕１日２回が基本。入浴直後の潤いがある間に塗りましょう。冬は乾燥するので、ローションタイプよりもワセリンやクリームなど、油分が多い保湿剤を使うとよいでしょう。

感染症の予防に向けて（健康教育）

手洗い・鼻のかみ方・うがいの仕方を話しました

手洗い

ちゃんと洗うと体にばい菌が入らないね。

手の甲をすりすり

うがい

うがいには、ブクブクうがいとガラガラうがいがあるよ。
ほっぺを膨らませてブクブク。

ガラガラうがいでのどのばい菌を流そう！

鼻のかみ方

鼻をかむには、口を閉じて片方の鼻から息を出すよ。
鼻息でティッシュが動くかな？

『てんてんのうた』　かきゆうぞう

てんてんてん　なんじゃらほい
かきのみ　あかいぞ　てんてんてん
はっぱおちても　みはおちぬ
ふゆまで　がんばれ　てんてんてん

『のはらうた Ⅲ』　くどうなおこ　作　より