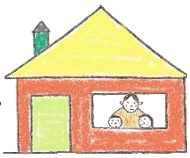
さくら新聞

令和７年11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：秋の自然にふれよう
保育のねらい：
・季節の変化や自然の美しさを知る
・秋の自然を感じ、木の実や落ち葉などで遊ぶ

おすすめの本

角野栄子 著
（岩波ジュニア新書）

あっちの世界とこっちの世界を想像の翼で自由に行き来できる喜び

子どもたちが指折り数えて楽しみにしてきた「うんどう会」が先日、無事終了いたしました。「みんなで楽しむうんどう会」のテーマのもと実施しましたが、保護者の皆さんのご理解、ご協力のおかげで、子どもたちの笑顔弾ける時間を過ごすことができました。本当にありがとうございました。

さて、うんどう会の前後、保育園では、不思議な出来事があちらこちらで起こりました。クラスで楽しんでいる、絵本やお話の世界のいきものから手紙や宝箱が届いたのです。

『まゆとかっぱ』（富安陽子 作・降矢なな 絵（福音館書店）の主人公のまゆとおそろいの色のお守り、**『エルマーのぼうけん』**（ルース・スタイルス・ガネット 著・ルース・クリスマン・ガネット イラスト・わたなべ しげお 訳・福音館書店）のエルマーが知恵と工夫で困難を乗り越えるためのアイテムのぼうつきキャンディ、**『ペチューニアのたからもの』**（ロジャー・デュボワザン作・まつおかきょうこ訳・冨山房）の金貨！

どの贈り物も、子どもたちは、あっちの世界から届いたホンモノだと心から信じていました。クラスをのぞきに行くと満面の笑顔で「見て見て～」と自慢してくれました。

どんなふうに工夫したら、うんどう会がもっと楽しい思い出になるだろうかと、子どもが喜ぶ顔を想像しながら準備をすすめた職員と子どもの気持ちに寄り添って関わってくださった保護者の皆さんのおかげでより思い出深い、うんどう会になったのではないかと感じています。

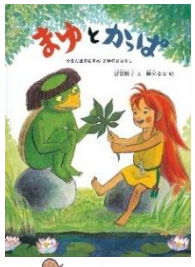
『魔女の宅急便』の作者である、角野栄子氏は『ファンタジーが生まれるとき』の中で

「ドイツ語で魔女のことを「ヘクセ」という。これは古い言葉までたどっていくと、「垣根をのぼる人」という意味があるらしい。その高いところにいて魔女はあっちと、こっちの世界をみていた人だったのだ。こっちは快適な暮らしだけども、不思議をかかえているあっちの世界のことも忘れてはいけない。ひとの命はこの二つの世界に支えられそこでこそ生き生きとできるのだと魔女は垣根の上にいることで語りかけているのだと思う。』と書いておられます。子どもたちは散歩先で、ちょっと高くなっているところを見つけると、特に何か特別な理由がなくても、いやむしろ危険であるにもかかわらず、よろよろと歩くことを好んでするヒトたちです。魔女のように、高いところに立って、あっちの世界とこっちの世界が見える時代を生きるヒトたちなのだと思います。子ども時代だからこそ楽しむことのできる感覚、子どものそばに寄り添っているからこそ、子ども時代に感じていた気持ちをもう一度味わうことのできる大人でいられることはとても幸せなことだなと思う今日この頃です。子ども時代はあとで思い返せばあっという間。だからこそ心ゆくまで子ども時代を子どもらしく、楽しんでほしいと願っています。

（文責：有馬 聡子）

5歳児クラス
ペチューニアの金貨

4歳児クラス
エルマーのぼうけんの



3歳児クラス
まゆのお守り

11月　行事予定

日	曜日	内容
＊保育参観、面談：0～4歳児クラス		
5	水	身体計測（幼児） 避難訓練（消防車見学）
6	木	身体計測（乳児） 入園見学会 ふれあいランチ
11	火	おはなし会
12	水	ニコニコフォト
15	土	停電を伴う点検日 14：00～
19	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（4、5歳児クラス・在園児の兄姉）
　貸出：毎週(水)(木)(金)　返却：(火)
・保育実習（白梅学園大）１名 11/5～11/18

区立保育園における年末保育のご案内

年末（12月29日、30日）に、就労などの理由で家庭保育することが困難なお子さんを対象に区立保育園で年末保育を実施します。
詳細は、後日掲示板をご覧ください
申込締切：窓口・郵送　令和７年11月28日（金）午後５時15分必着
　　：オンライン申請　令和７年11月30日（日）午後11時まで
申 込 先：練馬区保育課保育支援係
＊保育園では受け付けておりません。

キッチン

文責　田島　純怜

週末クッキング講習会

デモンストレーション&試食

「魚のねぎ塩焼き」

11月21日(金)16：00～18：00
(所要時間5分程度)

＊毎年好評の週末クッキングを今年も開催いたします！多くのリクエストをいただいていた魚料理をご紹介いたします！

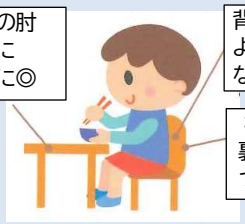
＊自由入場のため途中からでも大丈夫です。試食だけでもお気軽にご参加ください！

※アレルギーの誤食を防ぐため、在園児への試食はしていません。必ずお迎え前にご参加ください。

正しい姿勢で食事をするためには

正しい姿勢で食事が出来るように、食事環境を見直してみましょう。

テーブルや椅子の高さが合っていないと、足をぶらぶらしてしまうなど、食事に集中出来ません。足の下に台を置くなどして、ふらつかないようにすると良いです。また、子どもの視界におもちゃなど気になるものが入らないよう片づけをすることも大切です。



食器や食具の選び方

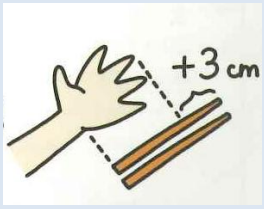
食具は子どもの手の大きさに合った持ちやすい物を用意すると良いです。食器は、深さがあるものを選ぶと自力で端に寄せてすくいやすくなります。また、落とした時に割れないような素材も良いですが、割れてしまうからこそ大切に使うことを伝えられる陶器の素材も良いですね。

保育園では、お椀やおかず皿、コップなど食器は、陶器のものを使用しています。

初めての箸選びでは

箸の長さは子どもの手を広げて、手から中指の先の長さ+3㎝の長さのものが良いです。長すぎたり短すぎると、上手に箸を動かせず、正しい持ち方が出来ません。適切な長さの箸を使うことで、自然と指に力が入り、正しい位置で箸を操作することが出来るようになります。

発達段階の子どもにとって、こうした配慮が箸の正しい使い方を習得する上で役立ちます。



子どもたちとキッチンの関わり

くるみ組の子どもたちは外遊びの前と後に、キッチンに寄ってくれてその日の副菜や主菜を見に来てくれます。毎日、笑顔でキッチンのドアの前に駆け寄り、指をさして美味しそうな顔をしてくれたり、「パクパク」と口を動かして食べる真似をしてくれる時もあり、「今日はどんな反応をしてくれるのか」と毎日楽しみにしています。

しいのみ組では、かたつむりのでんちゃんをクラスで育てています。キッチンでは、でんちゃんの為にその日に届いた野菜から用意して待っています。

「でんちゃんのご飯ください！」と大きい声でキッチンまで取りに来てくれます。始めの方はあまり来ることのないキッチンに、緊張している様子の子どもたちでしたが、最近では「この野菜なんだと思う？」と質問をすると、「キャベツ！人参！」と指をさして応えてくれるようになりました。でんちゃんを通じて野菜に興味を持ってくれ、嬉しく思っています。

11月10日　お楽しみランチ

お昼
- ご飯
- 沢煮汁
- 魚のねぎ塩焼き
- 千草和え

おやつ
- 2色おはぎ
- 牛乳

沢煮汁
昆布だしと豚肉のだしがきいた、具だくさんの汁物です。子どもたちが食べやすいようアレンジして、水溶き片栗粉でとろみがつきます。

千草和え
三温糖としょうゆで味付けした和え物です。シンプルだけれど食べやすい味付けのおかずです。

2色おはぎ
きな粉とうぐいすきな粉をまぶした2種類のおはぎです。風味や味の違いを楽しんでもらいたいです。

保健

文責　佐々木　優子

急に冷え込み、あっという間に秋になりました。
やっと気持ちの良い季節になりましたが、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症も流行り始めます。手洗いをし、たっぷり睡眠で休息して、免疫力を高めましょう。楽しい秋にしたいですね。

冬の衣服のご準備は・・

裏起毛・フリーズなどは厚みがあり、動きを制限し、汗をかきやすく、汗の吸収が少ないので、汗疹の原因になることもあります。

園内用には、暑すぎず、動きやすく、汗を吸いやすい素材の衣類をご準備ください。

インフルエンザかも？と思ったら

多くのご家庭から、インフルエンザ予防接種のご報告をいただいています。
感染予防のご協力ありがとうございます。

急な発熱　関節の痛み　頭痛　などで発症するインフルエンザですが、子どもの場合的確に訴えることができず「機嫌が悪い」「元気がない」といった状況で始まることも多々あります。

＊検査のタイミングは、おもに発熱後 12 時間以降です。
受診まで水分をとりながら、目を離さず安静にして過ごしましょう。

＊水分がとれない・けいれんを起こした・いつもと様子が違う時などは、すぐに医療機関を受診しましょう。

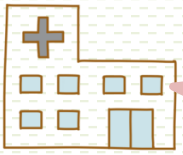
＊治療薬は発症から早いほど効果があるので（発症後48時間以内）、症状がある時は受診しましょう。

★インフルエンザの診断を受けた時は、お休み中でも園までご連絡をお願いします★

＊インフルエンザの薬は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。
症状が治まり、元気になるまでしっかり休みましょう。

＊家族がインフルエンザに罹って、遅れて症状が出てくる場合（みなし陽性）もあります。
ご兄弟が罹った時には、なるべくご自宅で様子をみてください。

★登園時には医師が記入する「登園許可証」が必要です★



インフルエンザは「発症後5日を過ぎ、かつ解熱後3日を経過するまで」は登園できません。

例：発症した日、解熱した日の翌日が1日目です。

予防

「手洗い」「休息」「人混みを避ける」などはもちろんですが、**もうひとつできることは・・・「笑いましょう!!」**

笑うと脳にその情報が伝わり、NK 細胞（免疫細胞の一種）を活性化する物質が生産されます。
反対に悲しみやストレスが伝わるとNK 細胞の働きはダウンします。
面白いのは、本当におかしくて笑っていなくても、声を出してアハハと笑うだけで、脳は楽しいと勘違いするそうです！

自分を守る　みんなを守る

「予防接種」や「停止期間を守る」ということは、インフルエンザを 100％制圧する、というよりも、1 人 1 人がしっかり休むことによって感染（流行）のスピードを緩やかにし、規模を縮小する効果があります。一度に多くの人が感染すると、お子さんや、高齢の方、持病のある方、妊婦の方が重症になる確率が上がります。さらに働き手のお父さん、お母さんが活動できなくなる、など社会機能にも影響します。

さくらんぼくらぶ

文責　堀家　明美

園庭や散歩先で子どもたちと遊んでいると、木の実や、草の種を見つけることが増えてきました。

ヌスビトハギや、**アメリカセンダングサ**は『くっつき虫』になり、遠くへ種を運びます。草むらへ入って遊んでいると気付かないうちに、この『くっつき虫』が服に付いていて驚かされることがあります。くっつけ合いっこをして遊ぶのも面白いですよ。**エノコログサ**は園庭や、道端、石神井公園などで、見つけることが出来ますので、ちょっと立ち止まって、子どもさんと一緒に遊んでみませんか。

鳥好きの年長児クラスの子ども達の手にかかると、**エノコログサ**は、立派なクジャクの羽に変身です。段ボールに穴を開けて、**エノコログサ**をたくさん差し込んでいます。

ヌスビトハギ

黄色い○で囲んだ部分が、くっつき虫になります。

アメリカセンダングサ

エノコログサを2本使って、うさぎも作れますよ。
2本の穂先を一緒にまとめて、くるりと一結びするだけです。長い耳の長さを整えると、うさぎの出来上がりです。

色づいて落ちてきた**イチョウ**の葉っぱは集めるだけでも美しくて、嬉しくなりますが、2枚あると、ちょうちょが作れます。

イチョウの葉っぱを2枚重ねて軸の部分を固く結びます。葉っぱを半分に裂いて、左右に広げると、ちょうちょの出来上がりです。

エノコログサ

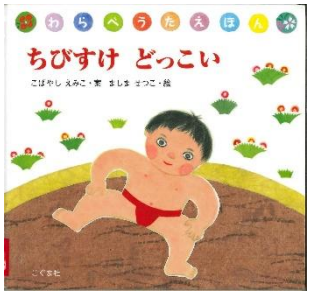
おはなしのへやだより

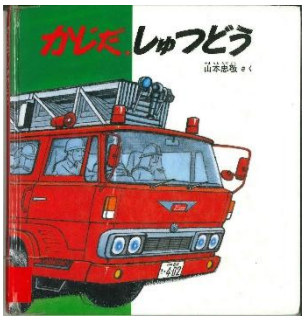
令和七年十一月一日号

文責　堀家　明美

絵本貸し出しで借りた絵本を、おうちでどんな風に楽しんでおられるのか、コドモンの連絡欄から知ることが出来ると、とても嬉しくなります。そんな楽しみ方があったのか、と驚いたり、様子が目に浮かぶような文面に温かい気持ちになったりしています。保育園で子どもたちが絵本に興味を持って、どんな表情や言葉を見せているのか、どんな風にあそびにつなげているのか、各クラスからお伝えしていますが、ご家庭での様子を他の方にもお伝えしたく、今回は、コドモンからの抜粋をいくつかご紹介いたします。おうちでの絵本のエピソードをこれからもぜひ、教えてください。大好きなおうちの方の声で、絵本を楽しむ幸せな経験が積み重なっていくことを願っています。

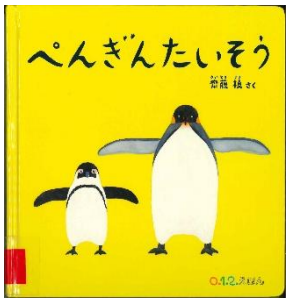
くるみのときから読んできた、『ちびすけどっこい』を久しぶりに借りました。寝るまでに3回読みました。未だに我が子からこの本のフレーズがよく出てくるので、息の長い絵本だなと思います。　しいのみ組

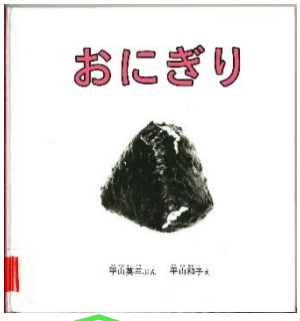




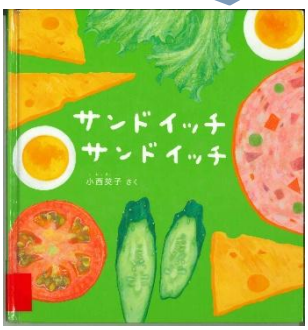
『かじだ、しゅつどう』を借りてきました。とても真剣に聞いていました。　くるみ組

『ぺんぎんたいそう』をお借りしました！（3回目です）見つけるとすぐに寄ってきて、読むと嬉しそうな表情で腕をパタパタしたり、屈伸したりしていました！　どんぐり組





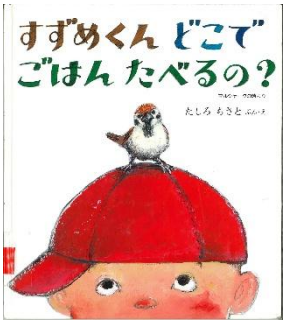
絵本『サンドイッチサンドイッチ』を読みました。お気に入りなようで、バターをぬる真似をしたり、途中で食べ始めたりとページごとに色んな反応をみせてくれました。　しいのみ組



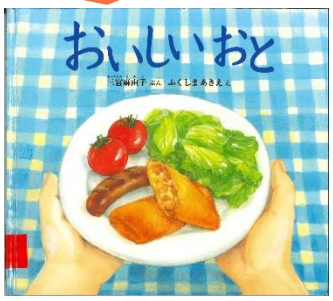
帰宅してからはたくさん絵本を読みました。『おにぎり』を借りたのですが、これも好きなようで、何度も読んでいました。おにぎりが出来たところで「デキタァ」と言ったり、おにぎりを握るところで「ギュッ」と言ったりしていました。最近は絵本を読んで、話せるところは声に出すのが好きなようで、絵本読んでーと来てくれることが多いです。読みたいやつ持っておいでと言うと、膝の上から離れて絵本を持ってきてくれるので、ちゃんと分かっているなと感じます。　どんぐり組

登園前から絵本を読んでとおねだりして、パパに『あおくんときいろちゃん』を読んでもらいました。 お気に入りの絵本は文章を覚えていて、一緒に声に出して読んでいます。記憶力がすごいなぁと思います。　しいのみ組

昨日借りた絵本『おいしいおと』を読んでいると、最後のページ(おそらくデザートのシャーベット？かな？)のところで、兄が、「デザートまぐろだー 」と言ってたのに笑いました。 弟も、シャーベットを知らないので、「まぐろー？おいしー 」と食べる真似をしていました。 たしかに、まぐろのたたきに見える…笑 絵本にも、最後のページだけ食べ物の名前が出てこないので、想像を膨らませた結果、マグロになったのが面白かったです。笑 子どもの想像力ってすごいなぁと感心する反面、マグロどんだけ好きなんだ…と苦笑でした。笑　くるみ組



『すずめくん、どこでごはんたべるの？』を何回も読みました。姉にも読んでもらっていて、毎ページ最後に「ちゅんちゅん！」と言い合ってふふふっと笑って楽しそうに読んでいました。終わると「もう一回！」と姉におかわりして「またー？」と言われながら読んでもらっていました。くるみ組



5歳児クラス　藍染の手ぬぐい＆万国旗

4歳児クラス　『エルマーのぼうけん』　『チリとチリリ』のお話から

3歳児クラス　色あそびとまんだらぬりえ