さくら新聞

～笑顔de共育て～

令和７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：梅雨期を元気に過ごす
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

おすすめの本

『絵本から広がる遊びの世界』
樋口正春　仲本美央/編著
（風鳴舎）

子育てが非常事態!?

「なんの地獄かと思った」
ＮＨＫ番組スタッフが子育て中の母親に「母親になってからの日々はどうだったか」との質問に対しての回答です。
８００人の母親に行ったアンケートでは「一度でも子育てが楽しくない、ツラいと思ったことがある」に「ある」と答えた母親は９割にのぼったと、２０１６年に放送されたＮＨＫスペシャル『ママたちが非常事態!?』の中で紹介されています。
この番組は、科学的アプローチから子育てにまつわる問題に本格的に切り込み、育児ストレスなどの深刻な問題が科学的知見に基づき説明されたことが大反響を呼び、すぐに第２段の制作につながり、DVDで発売もされました。子育てという営みを通じて子どもだけでなく、育てる親の側の脳や心も発達し続けるという事実を社会に伝えるために制作されたそうです。
先日、園内研修でこのビデオを見る機会がありました。昨年の法人研修でお招きした、京都大学大学院教育学研究科教授である脳科学者の明和政子さんも出演されており、夜泣きの仕組み、イヤイヤ期についてなど、脳科学的なエビデンス（根拠）に基づいて目からうろこの内容でした。
さて、お知らせしておりますように、今月の育児講座で樋口理事長が話をします。実は今年広島、東京、大阪などあちらこちらの保育の研修会で樋口さんと明和さんの対談がある予定です。０歳児クラスの子どもたちであっても、毎日の安定した生活の流れの中で、自分がどの大人と、いつ食事をするのか、入園してしばらくすると、しっかり理解し「食事の用意ができたよ」と言葉で伝えると、自ら食事のコーナーにハイハイで向かう姿や、まだ一人でお座りできないお子さんを抱っこで食事する様子を明和さんにお伝えすると、科学的にも理にかなった保育ですねと、保育園で大切にしていることに共感していただき、心強く感じているところです。
育児講座では、きっと明和さんとの対談の様子も出てくると思います。そして、保育園で大切にしていることと同時に、家庭で工夫できることもお伝えする予定です。また、今回ご紹介した『ママたちが非常事態!?』のビデオの貸出も行っていく予定です。『ママたちが非常事態!?　最新科学で迫るニッポンの子育て』『ママたちが非常事態!?　母と“イクメン”の最新科学』の二部構成になっておりますので、ぜひ二部ともご覧いただければとおススメいたします。
（文責：有馬聡子）

７月　行事予定

日	曜日	内容
2	水	身体計測（乳児）
3	木	身体計測（幼児）
5	**土**	**育児講座（樋口正春氏）**
7	月	七夕 ニコニコフォト
8	火	笹送り
9	水	入園見学会
12	土	園舎清掃
16	水	アートくらぶ（４歳児クラス）
17	火	避難訓練

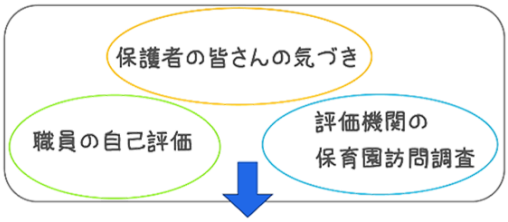
・絵本貸出（全園児）
　貸出日：木曜日　返却日：月曜日
・ゲーム貸出（４、５歳児クラス・在園児の兄姉）
　貸出：毎週(水)(木)(金)　返却：(火)

＊育児講座のお知らせ＊

日時：７月５日（土）９：３０～１１：００
講師：樋口正春氏
内容：『「安心と挑戦の循環」から培われる子どもの発達
～子どものイヤイヤに上手に向き合うひみつ～　』

東京都福祉サービス第三者評価を受審します

『福祉サービス第三者評価』とは



石神井町さくら保育園の保育の質・運営の向上のための課題の明確化、ニーズの把握に役立てます。

保護者の皆さんには、『利用者アンケート』へのご協力をお願いいたします。出来る限り多くの家庭からのご意見をお待ちしています。詳細は、後日お便りを配布いたします。

不審者対応訓練を行いました

毎年2回　不審者対応訓練を実施しています。
そのうち1回は石神井警察の方に来ていただき、警察官が不審者役、もう一人が職員の動きを見てくれて、指導してくださいます。
もう１回は職員が設定を考えて行っています。

今回は職員が設定を考えて実施しました。

今回の設定
・不審者1人。攻撃性あり。
・不審者はバックヤードから園庭に侵入。
・園庭から幼児クラス侵入を試みる。
・外から室内を見て、ウロウロする。

さすまたやモップを持って駆けつけます

訓練なので子どもたちが恐怖を感じないよう十分に配慮しています。どのように子どもの安全を確保できるか、そのためには職員間の伝達をどうすればすばやくできるかを振り返り、今後に生かしたいことを話し合いながら訓練を重ねています。

＊お子さんの安全を守る為の約束事＊

不審者と言っても、攻撃性がある人とは限りません。
普通に玄関から園内に侵入する不審者もいます。

基本、オートロックの番号を知らなければ園内には入れませんが、登降園の玄関の出入りが多い時間帯、**扉が開いた隙に一緒に園内に入ることも可能です。**

そこで、**お子さんと一緒にいない　お迎え時**は、玄関に入られましたら、**お子さんのお迎え前にコドモンでお迎え操作をお願いします。**

おひさま前のカウンターでQRコードを読み取っていただくと、保護者という事を職員も確認が出来ます。
スマホやQRコードをお忘れになった時はおひさまにいる職員にお声かけください。

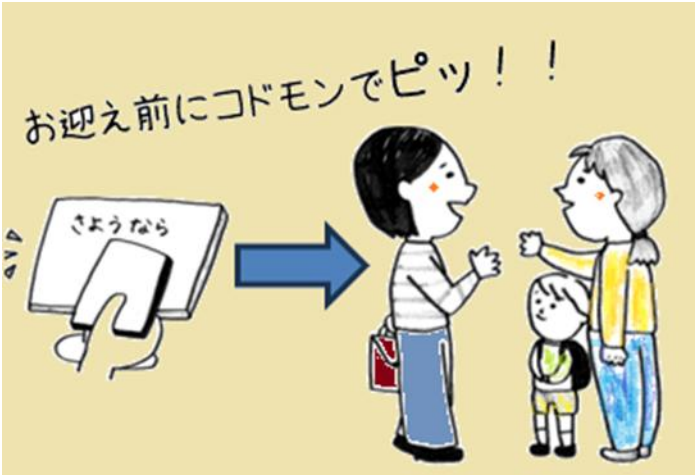
尚、コドモンの操作をされずにお部屋に向かわれた時には声をかけさせていただくこともあります。
その際、コドモン操作をしていただいたことを見逃してしまい声をおかけすることもありますことをご了承ください。

連絡帳の記入についてのお知らせ

職員の産休、育休やお休みに伴いフリー保育士（非常勤保育士も含む）がクラスの担任の一人として保育をしたり、他のクラスの職員が保育をしたりする日もあります。

担任以外の保育士（非常勤保育士も含む）が連絡帳の記入を行うこともありますことをお知らせいたします。

また、会議などがあるときには、食事量や午睡の時間、体温のみの記入になることもありますのでご了承ください。



キッチン

文責　田島　純怜

熱中症に気を付けましょう

熱中症は体温調節が上手に出来ず、体内の熱がこもってしまうことで発症します。また子どもは大人に比べて体温調節が未熟です。特に汗をかく機能が未熟で、大人に比べて暑さを感じてから汗をかくまでに時間がかかり、体温を下げるのにも時間がかかってしまう為体に熱がこもりやすく体温が上昇しやすくなります。その為こまめに水分補給が必要です。

こどもの水分補給のポイント

子どもは大人に比べて口の渇きを感じにくいため、**ご飯やおやつの時**、**遊ぶ前**、**入浴後**など、時間を決めてこまめに水分補給をすると良いです。

暑い日は、冷たい飲み物が飲みたくなりますが、胃に負担をかけてしまう為、常温が望ましいです。

普段の水分補給には、お茶や水で十分です。たくさん汗をかいている時や、下痢、発熱している場合には、子ども用のイオン飲料や、経口補水液がお勧めできますが、日常的に飲んでいると、糖分、塩分の過剰摂取の恐れがある為、注意しましょう。

夏野菜を食べて元気に過ごそう

夏野菜は水分と栄養素を豊富に含んでいる為、脱水症状や、熱中症予防に役立ちます。

今が旬の夏野菜には、トマト・なす・オクラ・きゅうり・ピーマン・パプリカなどがあります。

夏野菜を使用するおすすめのレシピを紹介します。

一工夫！

暑さで食欲が出ない時は、生姜、にんにく等の香味野菜やカレー粉、胡椒などの香辛料を使用することで、食欲増進の効果があります。香辛料を使用する時は、少量にしましょう。

カラフルきんぴら

材料（幼児5人分）

・人参	1/3 本
・ピーマン	2 個
・パプリカ	1/2 個
・米ぬか油	小さじ 1 強(5g)
・三温糖	小さじ 1/3(1g)
・みりん風調味料	小さじ 1/2(3g)
・しょうゆ	小さじ 1(6g)

作り方

①野菜をせん切にする。
②鍋に油を熱し、人参、ピーマン、パプリカを炒める。
②に調味料を加えて炒め煮にする。

キャベツとオクラの磯和え

材料（幼児5人分）

・キャベツ	1/4 玉
・オクラ	1 ネット分
・かつおだし	20g(大さじ 1 と 1/3)
・塩	小さじ 1/6(1g)
・しょうゆ	大さじ 1(15g)
・焼きのり	2g

（※海苔は 1 枚 3gです。
保育園では刻み海苔を使用しています。）

作り方

①キャベツを太いせん切りに、オクラは 1 cmの長さに切る。
②野菜を茹でる。
③だし汁と塩、醤油を煮立てる。
④①と②と海苔を和える。

手作りみそ作りの天地返し

やし組が味噌作りの過程で、天地返しをしました。容器に詰めた味噌の上下を入れ替えることを天地返しと言います。

『完成したら五平餅食べたいな～』『みそ汁も食べたい！』と今から完成を楽しみにしている様子でした。

年度によって、完成後の香りや味に個性があり、違いが出ます。今年はどのような味噌になるのか楽しみですね！

「大きく作る！」と自分の手から、はみ出るくらいの大きさにしていました。

①丸めてみそ玉を作ります → ②カビの発生を防ぐために、空気が入らないように詰めていきます → ③表面を平らにならします

空気が入っていないか友だちと確認しながら、慎重に詰めていました。

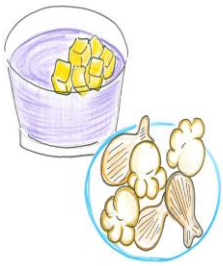
最後は手のひらで、丁寧に押し、綺麗に平らに出来ました。

7月7日 お楽しみランチ

マセドニアンサラダとは、サイコロ状に切った野菜を混ぜ合わせたサラダです

＊お昼
- ご飯
- そうめんスープ
- 鶏肉のレモンバター醤油焼き
- マセドニアンサラダ
- トマト　・麦茶

＊おやつ
- ぶどうとももものゼリー
- 菓子（海の生物せんべい）
- 牛乳



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パーツについての話しをしていきます。「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。

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パーツがからだのどの部分なのか、人には見せない場所で、断りなく見たり触られたら「いやだ」「やめて」と言っていい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。

水着でかくれる所と**くち**を
プライベートパーツといいます。

プライベートパーツ

保健

文責　佐々木　優子

先月の歯科健診の際には、歯みがき・登園のご協力をありがとうございました。毎回、園医の大嶋先生から「きれいに磨けているね」と褒められている子どもたちです。お家での日頃の習慣の賜物だと感じております。

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

昨年の夏、
とても流行りました

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。
原因はアデノウィルスです。
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

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食べたり、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

夏風邪に特効薬はありません。
休むことが一番の薬です。

虫刺され・あせも・傷は「とびひ」に注意！

～体中に広がるだけでなく、人から人へもうつります～

とびひ（伝染性膿痂疹）は、虫刺されやあせもの掻きこわした傷に細菌が感染することで起こります。
掻きこわしに水泡が出来たら「とびひ」かもしれません。
悪化すると、水泡が破れて中の液が付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。
抗菌薬の塗り薬や飲み薬、かゆみ止めが処方されるかと思います。

とびひの症状がひどい時は登園できません。

- 治療を受けて
  改善傾向になると登園できます。
- 「感染症届出書」が必要です。

とびひの予防

- 日頃から皮膚を清潔に保つ
- 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

とびひを発症してしまった場合は・・

① 皮ふ科や小児科を受診。
② よく泡立てた石鹸で患部を丁寧に洗います。
③ 外用薬を塗った後、ガーゼなどで保護します。
④ タオルや衣類などを介してうつることもあるため、家族の共用は避けます。

＊６月、園庭に花の蜜を求め、ハチがやってくる様子を見て、
５歳児クラスの子どもたちが、メタセコイアの実でハチを
作り、部屋の中にもぶんぶんと飛ばしました。
５歳児クラスの近くを通るときは、ご注意ください。