

にじいろつうしん



つめた〜い♪

プール遊び
4歳児



社会福祉法人 虹旗社
杉並保育園
杉並区梅里 2-34-22
☎03-3313-7508



「にじいろつうしん」今年度第2号のお届けです。

今号も“楽しむ子育て”のための、小さな情報を掲載しています。

育児のお悩み、ご質問、ご意見等も大募集中！お待ちしております♪コチラから→



お箸のはなし

みなさん、箸を正しく使っていますか？
大人でも自信の無い方がいらっしゃいますが
できれば上手に美しく持ちたいものですね。

保育園では4歳位になると、だんだん箸を使い
始めます。一律に「4歳になったら・・・」ではなく
普段のスプーンの扱い方や食べる時の正しい姿勢、
そしてご家庭での様子を伺いながら、園でのペンや
はさみ等を使っている様子も加味して、始める時期を
決めていっています。

箸を正しく使う為には、

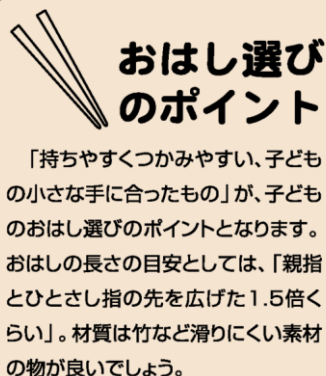
- ・5本の指に脳からの命令が正しく伝わり、思った通りの形に動かせる
- ・指先に、ある程度の力を入れられる

が必要です。

その力が育っていないのに箸を持っても、
握り箸やバッテン箸になってしまい、悪い癖が付く元になってしまいます。
ですから、箸の練習は早ければ早いほど良いとは言えないのです。

★すぎなみほいくえん＊ごはんとおやつ Twitter やっています！

<https://twitter.com/sugihoko> 杉並保育園のブログと合わせてご覧ください♪



ナースのつぶやき

水の水の水に注意しましょう

6月中の梅雨明け、記録的な猛暑、例年と比べてとても早く本格的な夏がやってきました。この時期は水遊びが楽しい季節ですが、水の事故も多くなります。

杉並保育園でも7月4日にプール開きがありました。安全にプール遊びをするために、幼児クラスでプールのお約束をしました。

- 押さない ●走らない ●飛び込まない ●プール前にトイレを済ます
- 準備体操をする ●先生の話进行き ●しっかり寝る
- 朝ご飯を食べてくる などの約束です。

子どもは、転びやすい上に体が小さいので自分で起き上がることが難しく、**水深5cm程**でも溺れることがあります。また、溺れる時は静かに溺れます。絶対に目を離さないようにしましょう。

ご家庭で水遊びをする時も、大人が子どもの側に付き添って見守り、事故にならぬよう注意して楽しみましょう。



「プール前のお約束」の様子

おうちでかんたん！

こどもと遊ぼう！



色水遊び



夏の暑い時期、お家で水遊びをする機会が増えると思います。一工夫して色水にしてみてもいいかなですか？洗面器やタライに、単色でもプラスチック容器などに入れて透かして見ると、子どもたちは「きれい！」「ジュースだ！」と喜びます。さらに赤・青・黄の三原色あれば、色水同士を混ぜ合わせて、色の変化を楽しめることでしょう。シンプルな遊びですが、子どもたちは想像力を働かせてじっくり遊ぶこと間違いなしです！

絵の具が一般的ですが、誤って飲んでしまうことを心配される場合は食紅を使うとよいでしょう♪
野花など、植物を使ってもステキですね！



HeiClue

絵本紹介



せなけいこ
さく／え
福音館書店



この絵本を、声のトーンを落として「とけいになります ボーン ボーン…」と読み始めるだけで、子どもたちは「こわ〜い！」と怖がります。続けて「こんなじかんにおきているのはだれだ」と読むと、ごくりと聞こえるくらい固唾をのんで見入っています。最後に女の子がおばけと飛んで行ってしまうという、ちょっと怖いお話ですが、子どもたちは大好きです。「こわい…」と言いながら、繰り返し「よんで！」と言っています。おばけの絵のかわいさもあり、“怖いもの見たさ”なのかも知れませんね。

杉並保育園のレシピ No.6

鰯(あじ)のイタリー風



あじ三枚おろし…4尾分

A パン粉…2カップ

青のり…少々

にんにく…1片

B マヨネーズ…1カップ

酒またはワイン…大1

- ① あじの三枚おろしをお好みで皮を剥ぎ、少量の酒と塩を振りしばらく置く。(臭み消しの為、急ぐ時は省略しても可)
- ② にんにくはすりおろし、AとBをそれぞれ別のボウルで混ぜ合わせる。
- ③ ①のあじの水気を拭き、1切れずつBのマヨネーズにくぐらせ、Aのパン粉を両面にまぶし、軽く押さえる。
- ④ フライパンに少量の油を熱し、両面をこんがり焼く。

あじのかわりに鮭や白身魚の切身、さんまの三枚おろし、ホタテやカキ、そぎ切りした鶏もも肉等でも美味しく作れます♪