

にじいろつうしん



みてて！

どろんこ遊び

2 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



杉並保育園では、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言が発令される事態の中で、地域の子育て支援の一環として何が出来るか考えました。

気軽に出掛けるといふ日常生活が取り戻せない中での子育てに、悩んでしまうことはありませんか？どんな状況であろうと子どもたちは毎日成長していきます。子どもたちの明るい未来を信じて、楽しく子育てが出来るように少しでもお手伝いができたら…という思いから、地域の子育て世帯の皆さん向けに子育て通信を発行していくことになりました。杉並保育園では保育士の他に専門知識を持った看護師、栄養士、調理士などが一丸となって子どもたちの心身の発達のために毎日奮闘しています。その経験の中から是非皆さんに紹介したい情報をお伝えできればと思います。また、今後の感染状況によりますが、園庭開放や親子参加型のイベントもやっていく予定です。決まりましたらHP、紙上にてお知らせ致します。

ご意見やご質問、子育てのお悩みなどありましたらお待ちしております。



旬の食材



保育園では、旬の食材を多く取り入れています！なぜかというところ…旬の食材は栄養価も高いことで知られています。春の旬の食材は、たけのこ、アスパラガス、スナップエンドウ、そら豆、さやえんどう、ブロッコリー、春キャベツ、イチゴ、甘夏、はっさく、かつお…等々たくさんあります！



たけのこごはん

裏面にレシピ公開

今回は、春の訪れを知らせてくれる**たけのこ**です。たけのこご飯（大人気！）、若竹煮などでいただきます。従来ならば子どもたちに皮をむいてもらうのですが、コロナ禍なので調理士が子どもたちの目の前で皮をむきました。こうして子どもたちに食への関心、興味を持ってもらうために旬の食材を多く取り入れ、日々試行錯誤をして献立に入れています。

ナースのつぶやき



クラスで手洗い指導をしました。花王の『あわあわ手洗いのうた』に合わせて、特製の手袋をはめて手をこするとバイキンがパラパラと落ちてきます。子どもたちはとても不思議そうに見ていました。次は子どもたちの番です。看護師の真似をして手をこすります。すすぎの時に「あわあわにはバイキンがいっぱいいるんだよ。お水でしっかり流してバイバイしようね」と言うと「バイキンバイバイ〜」と手をふっていました♪

このように杉並保育園では各年齢に沿って様々な保健指導を行っています。時には忍者に変身したり、お医者さんごっこをしたりと楽しく伝えています。健康や体のことに少しでも興味をもってもらえればと思います。

梅雨に入ると湿度が上がり、蒸し暑くなってきます。

水分補給を忘れずに熱中症に気を付けましょう！



絵 本 紹 介 PART1



まついのりこ絵／作
偕成社

4月に1歳児 16 名が入園しました。

初めて集団生活を始める子が多い

この1歳児クラスで大人気なのが

この絵本です。親しみのある毎日の習慣が描かれ

みんなで起きて、みんなでごはん食べて

みんなでお風呂に入って…。

自分以外の“ともだち”を意識し始めるこの時期に

ピッタリの絵本です。毎日の生活も、みんなでやる

と楽しくなりそうですね♪



おうちでかんたん！

こどもと遊ぼう！



布遊び

お家にあるハンカチでも
タオルでも何でもよいですが
おススメはシフォン布です。
保育園ではこれで遊んでいます♪



軽くて透けているので顔にかぶせても安心！丸めて
いろんな形にしたり、たたんだり包んだり遊びを
発展でき、年齢に関係なく遊べる優れモノです！

わらべうたと一緒に親子で触れ合いましょう♪

『じいじいばあ』

じいじい ばあ じいじい ばあ

(大人が布で自分の顔をかくし、ばあ で顔を出す)

ちり～ん ぼろ～ん と とんでった～

(布を子どもの顔で揺らして、とんでった で放り投げます)

『うえからしたから』

うえから したから おおかぜこい

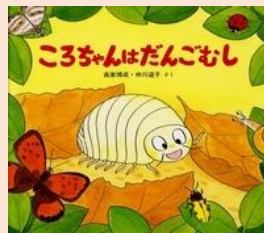
(布を子どもの顔に向かって上下に振る)

こいこい こ～い

(こ～い で布をパッと離す)



絵本紹介 PART2



高家博成・仲川道子

／作

童心社



暖かくなると、園庭の虫たちも動き出します。

子どもたちは久しく会ってなかった友だちに
会いに行くように園庭に飛び出して、植木鉢を

動かしては目を凝らしてありやだんごむしを探しています。

そんな子どもたちと切っても切れない間柄のだんごむしですが、最初はこわくて触れない子もたくさんいました。しかしこの絵本を読んでころちゃんに出会ってから、「あ！ころちゃんみつけたよ！」「ころちゃんさがしにいこうよ！」と、すっかり身近な友だちになりました♪

杉並保育園のレシピ No.1

たけのこごはん

米…2合

ゆでたけのこ…150g

油揚げ…1/2枚

★ しょうゆ…大さじ2と1/2
みりん…大さじ2と1/2

☆ だし汁…約300ml



- ① 米を研いで水につける。
- ② たけのこの先は厚めに、下部は薄めのいちょう切り
(ア) 油揚げは5mm幅の短冊切りにする。
- ③ 米の水気をよく切り、炊飯器に移して
★を入れた後に☆を入れる。
- ④ 上にたけのこ、油揚げを並べたらスイッチ ON。
- ⑤ 炊けたらよく混ぜて出来上がり。

保育園では小さいお友だちも一緒に食べるので、たけのこ、油揚げを最初に煮て柔らかくしてから炊き上げています♪