



ひがしやまあいじえん えんだより

STEP!



2022

11

November

Living together. Growing up together. Caring for children.



あいじえんコラム 2022.11

10月は運動会、秋季バス遠足、みかん狩りと行事が続きました。コロナ禍で2年連続中止となっていた行事もそれ以前のように実施でき、少しずつ戻ってきているように感じます。それでも、感染症への対応は変わりませんので、簡単に気は抜けない状況ではあります。引き続き感染症への対策・対応はしっかりと行っていきます。

さて、11月を迎え、朝夕はかなり冷え込み始めました。朝の送迎時の出発前は、園バスが朝露で濡れています。また、夕刻も陽が落ちるのも早くなりました。段々と秋から冬が近づいているのを実感します。それでも、日中は日差しが強く、真夏の暑さとは違いますが暑いと感じることもあります。そんな気候の中で、天気の良い日は散歩に出掛けたり、戸外で遊んだり夏にはできなかった外での活動を中心に過ごしています。散歩に出ればどんぐりや栗といった秋ならではの物を収集したり、紅葉していく山々やコスモスといった花を見つけたり、戸外で「はないちもんめ」「だるまさんがころんだ」といった集団遊びを通して周りの友達との関係性を深めています。また、10月は筑後広域公園へ出掛けて、固定遊具で思う存分遊んできました。園庭に出れば色んな選択肢があったのが、仮園舎で活動する上ではそうはいかないのが難しいところですが、改修工事が終わるまでは仕方のないことではあります。

その代わりに、室内での活動は様々な変化が見られるようです。このSTEPの中でクラスの様子をお伝えしている通り、子どもたち自身が遊び方に変化をつけ、色んなことをやっている様子が見られます。それぞれのクラスにおいて担当が工夫を凝らし、様々な遊びを提案したり、何よりも子どもたち自身が色んなことをやっている様子がわかります。新聞紙遊び一つとっても、保育士と協力し作ったもので終わるだけでなく、そこから遊びを展開していくのも子どもたち自身の力に他なりません。今年度が始まって半年が経ち、部屋にあるおもちゃや教材にもすっかり慣れ、ますます多様な遊びが広がっています。

新型コロナウイルス感染症に加え、今年はインフルエンザの流行が強く危惧されています。10月中旬を過ぎたころから、寒くなってきたこともあって、風邪などで体調を崩す子も増えてきています。お子様はもちろん、保護者の皆さまも体調管理には十分気をつけていただければと思います。

event

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
		1	2	3	4	5	
		体操教室				稲刈り	
6	7	8	9	10	11	12	
					園外保育		
13	14	15	16	17	18	19	
	避難訓練(火災)		検尿				
20	21	22	23	24	25	26	
	身体測定				おたのしみ会		
27	28	29	30				

尿検査

16日に尿検査の容器を配布します。翌日朝一番の尿を採取して、17日もしくは18日に提出してください。

写真の販売

9月24日（土）から3か月間、「はいチーズ！フォト」にて上半期分の写真販売が始まっています。認証キーは2022年度の入園しおりに掲載しています。

もし認証キーが分からない場合はお尋ねください。

2022年度入所申込書類について

9月末に配布した次年度の入所申込書を11月に取りまとめた上で市役所へ提出いたしますので、5日までに園へ持参ください。また、申込書の中で、極力マイナンバーを記入くださいますようお願いいたします。（みやま市）みやま市以外のご家庭については、随時、書類一式が園へ送付されてきますので、届き次第お渡しします。

外壁塗装が始まっています

現在、外壁塗装が途中、内装は設備の配線とトイレ配管を済ませ、10月末で全行程の半分を過ぎています。

11月は内装の壁と天井の取付が行われるとのことで、これから外も内も見え目が大きく変わってきそうです。

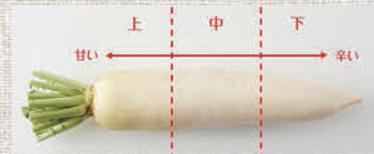


「根菜」の美味しくなる時期です。

大根、にんじん、ごぼう、いも類

土の中で育つ根菜類が美味しくなる季節です。地中の温度は年間を通じて15℃前後と温かく根菜は栄養をたっぷり蓄えて甘みを増します。

根菜類の特徴は糖質を多く含みミネラルやビタミンが多いのが特徴です。水分が少なく硬い野菜が多いこと、加熱すると甘みを増すことから、煮込み料理やスープなどといった長時間加熱する料理に向いています。だんだんと寒くなってきたので根菜がたくさん入った豚汁なんかはどうですか？



上 1/3

- ・土の上に出ているので、寒さに耐えられるよう糖度が甘い
- ・繊維のきめが細かく荷崩れしにくい

★輪切りにしておでんに入れたり、大根おろし

真ん中 1/3

- ・適度にみずみずしく、甘みと辛みのバランスが良い

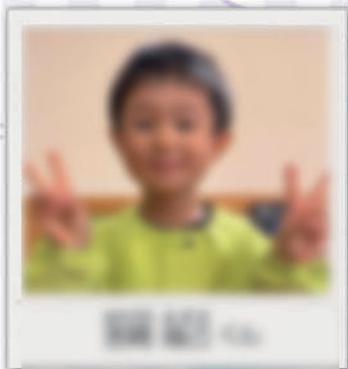
★煮物や炒め物、千切りにしてサラダのに

下 1/3

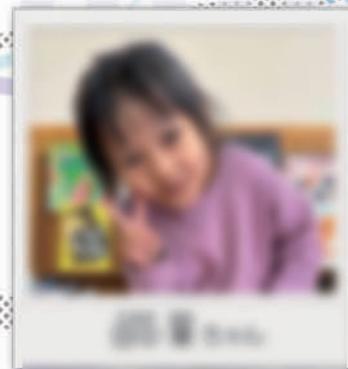
- ・生長途中であるため、水分が多い
- ・先端に行くほど土の中の虫に食べられないように辛みが強く皮が厚い

★炒め物や汁物に※天日に干すと辛みが飛んで味わいが増す

Happy Birthday



- ①生年月日
- ②好きな食べ物
- ③好きなおもちゃ



もみじのひと月

運動会

待ちに待った運動会。当日は元気に登園してくる様子を見ていると、楽しみにしている様子が伝わりました。プログラムも楽しむ一方で、一生懸命に行う姿が見られ、一人ひとりの成長を感じます。かけっこやリレーでは、誰もが1番になれるよう歯を食いしばって力強く走っていました。親子競技では、お父さんやお母さんと協同でアイスをととても嬉しそうに運んでいました。綱引きや玉入れでは、赤組白組それぞれのチームで力を合わせて頑張っていましたね。松組・竹組で日々練習を頑張った鼓隊・カラーガードでは、みんな緊張しながらも、しっかり前を向いて堂々と発表してくれました。練習の成果を出すことが出来たと思います。今年は一時期延期もありましたが、子ども達一人ひとりが楽しんで参加することができ、笑顔もたくさん見られる運動会となりました。



バス遠足

当日、バスの発着所まで歩いていきました。バスが見えると大はしゃぎの子どもたちでした。行きの車中は、バスごっこを歌い、動物クイズや一人ずつ見たい動物を発表したり、窓から見える景色を見たりと大盛り上がりでした。動物園では嬉しそうに、たくさんの動物を見る子どもたち。特にサル山を見るのが楽しかったようで、長い時間じーっと観察する姿がかわいく見えました。途中歩き疲れた様子もありましたが、お昼の弁当を食べると元気復活。最後まで元気に歩いて見て回りました。帰りのバスでは、見ることができて嬉しかった動物を発表すると、数分後にはほとんどの子がバスに揺られて気持ちよさそうに寝ていました。バスが到着すると、「動物園まで乗せてくれてありがとう」と運転手さんにお礼を言って降りる姿に、こちらがほっこりした気持ちになりました。

ピザトースト作り

まつぐみとたけぐみでピザトースト作りをしました。始まる前からワクワクして嬉しそうに待っている子ども達でした。給食の先生の話をしっかり聞いて取り組む姿がありました。食パンの上にケチャップを塗り、お好みの様々な食材をのせて焼くだけの簡単な調理ですが、自分で作れることに喜びを感じながら、みんな嬉しそうにやっていました。乗せた食材の料や、彩りを見てみるとそれぞれ個性のあるピザトーストができました。どんな風に出上がるのかな？と焼き上がりをワクワク楽しみに待っていました。たとえ簡単な料理でも、自分が作ったピザトーストはとっても美味しいでしょう。いつもより食べる量もペースも早く、みんなパクパクあつという間に食べきってしまいました。自分で作ることが大好きな子ども達なので、ぜひご家庭でも一緒に作ってみてください。



みかん狩り

みんなで楽しみにしていたみかん狩り。みかん畑に向かう道中、友達や保育者と話をしながらワイワイと歩いていました。

まず、ハサミの使い方と採り方を聞き、グループに分かれて始めました。一人ひとり慎重に切りとりつつも積極的に取り組む姿が見られ、大きなみかんやさくらんぼのように繋がったみかんが採れた時は「やった！すごい！」と喜んで見せてくれました。終わってからみんなで一つずつみかを食べました。たくさん採れた中から、「どれにしようかな」と悩んで選び、美味しそうに味わっていました。初めてのみかん狩りで貴重な体験となったようです。



もみじ

10月初旬は運動会にバス遠足など、行事が続いたこともあり、慌ただしく過ごしました。落ち着いてからは、自分たちのやりたい遊びを目いっぱい楽しんでいる子どもたちです。

保育室では友達と楽しく関わりながら過ごしています。LaQを夢中で作ったり、ままごとを友達と楽しんだり、描画や折り紙など、各々がとにかく遊び込んでいます。ダンボールや紙があると、自分で創作に取り組んでいます。お面や剣、ボックス、ベット、ウサギ小屋など、次々に作っている様子を見ると子どもの発想力の面白さを感じます。とにかく集中して取り組んでいて、完成したあとの達成感からとても喜んでる姿が見られました。

また、今月は広域公園にも遊びに行きました。久しぶりに広い場所で思い切り走ったり、大型遊具で遊びました。アスレチックが特に人気で、失敗しながらも何度もチャレンジしていました。戸外活動では、散歩に行ったり、公民館の外で三輪車や縄跳び、鬼ごっこ、だるまさんがころんだ等をしていました。思い切り走ったり、自分の思いを伝えながら、ルールをお互いに確認しては、理解し遊んでいるようです。最近では男女別に分かれて遊んでいることが多く見られます。

その中で友達とぶつかりトラブルになることもあります。しかしお互いの気持ちを伝え合い、保育者とともに話し合いをしながら、解決していけるようにしています。引き続き、体調管理に気をつけて過ごしていきます。



さくら・うめのひと月

さくら

食欲の秋…「給食モリモリ」、スポーツの秋…「お散歩でジャンジャン」、読書の秋…「絵本でパラパラ」とそれぞれの秋を楽しんでいる子どもたち。すっかり「さくらくみ」が板についてきて、できることがたくさん増えました。散歩では歩く力が身に付き、4月には「つかれた」「早く帰りたい」と言っていた姿はどこへやら。今では「今日はあそびにいきたい!」「また明日ようね!」と目を輝かせる姿を見せてくれます。

生活の面では、再び園児服の着用が始まり、ボタンの付け外しや、袖をまくり上げる練習をしています。少し時間がかかっても自分でやり遂げることは大きな達成感に繋がります。つい、手伝ってしまいそうになりますが、そこは大人の心余裕の見せどころでしょう。子どもたちの「ヘルプ」の声を静かに待ちます。11月からは新しい友達も加わり、更に賑やかになることでしょう。



うめ

運動会では、かけこや行進は毎日室内にて行っていたこともあり、本番も普段通り参加することができました。入園当初はまだ歩けなかった子どもたちが、かけこで歩いたり走ったりしている姿を見て大きな成長を感じました。親子競技では、親子で変身してとても可愛らしかったですね。みんな楽しんで参加出来ていたようです。

10月は、天気がいい日は散歩や戸外遊びに行きました。公園では、広々とした空間で思い切り遊具で遊び込むことができました。子どもたちは、公園までの道中、バスに乗れることがとても嬉しそうで、お尻が何度も浮いてしまうほど興奮が抑えきれず、ワクワクしている様子でした。滑り台など「もっかい!」とキラキラした表情で滑っていて、こちらまで嬉しく楽しい気持ちになりました。

また、靴や服の着脱、食事など身の回りのことを自分で挑戦しています。自分でできた喜びを一緒に繰り返して感じていきたいと思っています。「〇〇を持っていってくれる?」など、お手伝いをお願いするととても嬉しそうに夢中で頑張ってくれます。自分だいたいという子どもたちの気持ちを大切にしていきたいと思っています。



ダブルバインド

親が無意識に子どもを脅して言うことをきかせる「ダブルバインド」。「脅す」と乱暴な言い方もかもしれませんが、じつは日常の何気ない会話の中でも、ダブルバインドになっている可能性はあります。

無意識にやってしまう「ダブルバインド」

1. 公園に一緒にやってきたのはいいものの、しばらく遊んで「そろそろ帰るよ」と声をかけます。しかし、なかなか帰りがたらない。何度も声掛けをしても変わらず「もう先に帰っちゃうからね！一人で遊びよかんね！」とつい言ってしまったものの、本当に置いて帰るわけはありません。
2. スーパーに買い物に行きました。「お菓子をひとつだけ買ってあげる。自分で好きなものを選んでね」と子どもに言ったところ、500円もするおもちゃ付きのラムネ菓子を選んできたので、「これじゃなくて違うお菓子にして」と突き返す。

もしかするとあるあるな話ではないでしょうか。

じつはこれらは、親が無意識に子どもを脅して言うことをきかせようとする「ダブルバインド」の典型的な例なのです。

ダブルバインドによって引き起こされる影響はたくさんあるといえます。

- 他人を脅すようになる
- 親を信用しなくなる
- 自己主張できなくなる
- 自分で考えることをやめてしまう
- 自己肯定感が低下する
- などなど



ダブルバインドにならないために

愛情表現を

ダブルバインドは条件付きの愛情を子どもに示しています。「〇〇したから良い子だね」というような条件がなくとも、子どもへの愛情を示すようにしてあげてください。日頃から無条件に子どものことを愛していることを伝えましょう。「大好きだよ」と言うだけでも、「自分は無条件に愛されている」と感じるものです。子どもも安心感を感じ、子どもは癒されます。

また、子どもをコントロールしようとして無意識にダブルバインドしてしまうときは、つついあります。そんなときは、素直に謝ることが大事です。「ごめんね」と言えばわかってくれます。

子どもに選択肢を与える

次に、子どもに選択肢を与えることです。

一方的に「〇〇しなさい！」と指示されるのは、子どもが拒絶したくなってしまいます。

「あのおもちゃとこのおもちゃ、どっちからお片づけしようか？」とお片づけをすることを前提に、選択肢を持たせてあげることで、「お片づけしなさい！」と指示されるよりも、圧倒的に拒絶感は減るはずです。

子どもに先の見通しを持ってもらう

そして、子どもに先の見通しを持ってもらうことです。

大人にも予定があるように、子どもにも予定があります。「次は、あの遊具で遊ぼう」、「これが完成したら、ママ、パパに見てもらおう」など、子どもは考えています。そのはずが急に「もう帰るよ」、「今日はもうおしまい」と言われたら、納得できず、駄々をこねたくなるのもわかります。

ですから、「これが終わったら、そのあとは帰るよ」と、子どもがあらかじめ見通しを持てるように伝えましょう。すると、子どもは「そろそろ帰らなきゃいけない時間かな」と心の準備をすることができます。時計が読めるなら、「〇時までね」と言うのもいいでしょう。

心の準備をするのとしらないのでは、まだ遊んでいたかったときの心の切り替えも大きく変わるはずでしょう。

Book
今月の絵本



とらっく とらっく とらっく

渡辺茂男 作 山本忠敬 絵 福音館書店

港で荷物を積んだトラックが遠い町めざして走ります。高速道路では乗用車や観光バスに、工事現場ではダンプカーやローラーに出会います。やがてタンクローリーを追い越してぐんぐんスピードをあげていったら、「しまった！」白バイに止められました。日が暮れて、山を越え、もうすぐ終点の大きな町です。スピード感あふれる車の絵本

今月のきゅうしょくメニュー

こんだて		10時のおやつ	15時のおやつ
1日(火)	ごはん 魚のチリソースかけ ほうれん草のごま和え	ビスケット	お好み焼き
2日(水)	ごはん ミートローフ ひじきの煮付け ブロッコリー	りんご	ピザトースト
3日(木)	文化の日		
4日(金)	ごはん 洋風かき揚げ シーチキンサラダ ブロッコリー	りんご	ババロア せんべい
5日(土)	肉うどん フルーツヨーグルト	ゼリー	あんぱん
6日(日)			
7日(月)	ごはん 豆腐入り松風焼き 山吹和え キャベツ	ビスケット	人参ケーキ
8日(火)	ごはん 魚のみぞれ煮 ごぼうサラダ オレンジ	せんべい	みるくもち
9日(水)	ごはん 厚揚げの煮付け 胡瓜とカニカマ酢の物	りんご	動物ビスケット
10日(木)	ごはん 魚の天ぷらカレー風味 スパゲッティサラダ ブロッコリー	バナナ	金時豆の甘煮
11日(金)	ごはん ひき肉の回鍋肉 ほうれん草の納豆和え りんご	ビスケット	スイートポテト
12日(土)	ミートソース フルーツポンチ	せんべい	ハイミックス
13日(日)			
14日(月)	ハヤシライス フレンチサラダ	りんご	ベジたべる
15日(火)	ごはん 魚のフライタルタルソース 和風サラダ	りんご	ゼリー ビスケット
16日(水)	ごはん 大豆の五目煮 ちくわの磯辺揚げ キャベツ	棒チーズ	バナナ ビスケット
17日(木)	ごはん 麻婆豆腐 野菜のみそマヨ和え	バナナ	安倍川マカロニ
18日(金)	ごはん ハムカツ ごま甘酢和え こふき芋	せんべい	マドレーヌ
19日(土)	親子うどん フルーツヨーグルト	りんご	ジャムパン
20日(日)			
21日(月)	ごはん 鳥の揚げ煮 ナムル風煮びたし こふき芋	ビスケット	ゼリー せんべい
22日(火)	ごはん 中華スープ 魚の照り焼き 南瓜サラダ	ゼリー	さつま芋ケーキ
23日(水)	勤労感謝の日		
24日(木)	ごはん 肉野菜炒め 春雨の酢の物 りんご	せんべい	バナナ ビスケット
25日(金)	ごはん チキンカツ ほうれん草の生姜醤油和え こふき芋	バナナ	りんごケーキ
26日(土)	和風スパゲッティ ヨーグルト和え	りんご	たまごサンド
27日(日)			
28日(月)	ごはん スペニッシュオムレツ 切干大根の煮付け キャベツ	せんべい	南瓜ケーキ
29日(火)	ごはん 魚のマヨネーズ焼き きんぴらごぼう	ビスケット	バナナ せんべい
30日(水)	チキンカレー フレンチサラダ	バナナ	動物ビスケット



ひがしやまあいじえん

幼保連携型認定こども園 社会福祉法人 千広会 ひがしやまあいじえん
 835-0002 福岡県みやま市瀬高町小田 2215-5
 TEL 0944-63-7519 FAX 0944-63-5734 web h-aijien.net

