

社会福祉法人アコモード
アンジェリカ保育園 えんだより

DIARY 12

News from Angelica

2024/12

豊かなプロセス



サークルタイム
2024.11.8



『Happy～あそぶときのきもちで～』

日常にある対話の時間。相手の話しを受け止め、否定することなく話し合いを進めていく姿が印象的です。

イメージを共有しながら、意見を言い合うことで、たくさんの気づきや学びが見られます。

《空想の世界》

日々の遊びの中で、子どもたちが楽しんでいる空想の世界を大事に見守りながら思う存分、発揮できる環境を整えていきたいと思っています。その一つとして、園ではお楽しみ会は「絵本の世界をたのしもう」をテーマに取り組んできました。

絵本は子どもたちのすぐそばにあり空想の世界がたくさん広がっています。

お楽しみ会での劇遊びは、子どもたちが絵本を読んだときに感じた気持ちを表現したり、アレンジを加えたりと、思い思いの空想・気持ちを織り交ぜながら一つのお話を完成させていきます。

子どもたちの予期せぬ発想に、驚きもあり、なんて素敵な表現なのでしょうと感ずることがたくさんあります。

その中で、今年のそら組さんがお楽しみ会のスローガンを決めてくれました。



『Happy～あそぶときのきもちで～』

絵本の世界を表現することを『幸せ・うれしい』という子どもたち。また普段の遊びの時のように、楽しいから、やりたいんだ！！お友だちと一緒に楽しいんだ！という気持ちが込められているようです。

子ども達同士で考えを伝え合い、ワクワクを共有することで絆を深め、心に残る1冊・出来事になるといいなと願っています。

当日は大人の固定概念で見るのではなく、子どもたちのハッピーの世界を一緒に楽しみましょう。





「いちご」 平山和子 さく

出版社：福音館

『いちご』

今月は科学絵本である「いちご」の絵本を紹介します。

科学絵本とは、動物や植物、自然界の現象などの科学的なテーマを扱った絵本となります。

「いちご」という絵本は、様々なことに興味関心がある、3歳頃のおすすめな絵本となります。このころの子どもたちに科学的なことを伝えることは難しいので、子どもたちに適した優しい表現で、いちごの成長を伝えられる絵本が「いちご」です。

この絵本は、いちごがまだ冬の寒い時期、雪の下に埋まっている様子から始まって、やがて白い花が咲き、緑の実になり、真っ赤に熟すまでを描いています。子どもたちにもわかりやすいように工夫されている特徴が、いちごと子どもの会話によっていちごが育っていく過程がわかるようになっているところです。

雪の下に見え隠れするいちごの葉が描かれている場面の文です

「いちごはどこにあるの？」

「いちごのみはあたたかくなったらなりますよ。」

それまでまっていてね。いまは、まださむいふゆです」

はじめのセリフは、子どもの質問です。この時期の子どもたちは、「なんで？」「どうして？」と質問が盛んですね。その質問に答えているのは、いちごです。

いちごの文章は赤い文字で書かれていますから、読み手にはこれがいちごの言葉だな、とわかります。

いちごは～と言いました、などの間接的な表現になっていないので、子どもたちは本当にいちごと会話しているようにこの絵本を楽しみます。

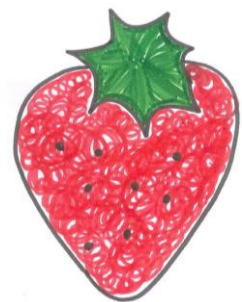
やがて少しずつ、赤くなっていくいちごが、とうとう真っ赤に熟す場面は圧巻です。

畑中のいちごが、子どもたちに呼びかけるのです。

「はい おまちどうさま。さあ どうぞ」

「あまいですよ。 さあどうぞ」

「さあ たべてください」



子どもたちが思わず手を伸ばしていちごを食べる真似をする場面です。

もうすぐいちご狩りの時期となりますね。

きっとこの絵本を読んでもらった子どもたちは、いちご畑に行くと、あちらこちらから、ぶらさがった真っ赤ないちごの声が聞こえるのではないのでしょうか。植物や物にもこころがあると思っているこの時期の子どもたちの気持ちに寄り添った科学絵本となります。ぜひいちごの季節に読んであげてください。

11月22日ににじ組さんと幼児組でわらべうた集会を行いました。

11月のわらべうたは『うちのうらの』です。猫の可愛らしい仕草が楽しいわらべです。幼児組では最近、そら組さんを中心に歌詞や動きを覚えた子がお手本として前に立ち、やってくれます。

☆にじ組☆

①はじまりのうた「ちょちょちあわわ」

歌が始まると笑顔で一緒に体を動かすにじ組さん。ワクワクした表情でとても可愛らしいです。

②11月のわらべうた「うちのうらの」

最後の「ちょいと かくす」で顔を隠す場面があるのですが、にじ組さんは「ばぁ！」としないいいないばあ
の仕草をして楽しんでいました♡

③「おてぶしてぶし」

歌の終わりで左右のどちらかの手の中に物を隠しているかを当てる遊びです。子どもが差した方の手のひらを
開けて、当たりだったら「おおあたり」ではずれだったら「おおはずれ」となります。保育士の手元を集中し
ていて「おおあたり」連発でした！

④おわりのうた「さよなら あんころもち」



☆幼児組☆

①はじまりのうた 「ちょちょちあわわ」

②11月のわらべうた 「うちのうらの」

そら組さん中心にお手本として前に出て歌っています。

③集団あそび 「なべなべそこぬけ」

遊び慣れたわらべうたで初めは苦戦していた子も繰り返し遊んでいるうちにコツを掴み、タイミング良く
手を返せるようになりました。人数を増やすと難易度が上がり、苦戦しながらも手を返す方法を探りなが
ら楽しんでいました。

④おわりのうた 「さよなら あんころもち」



冬休みの過ごし方

年末年始は外出や来客も多く、生活リズムが乱れがち。早寝、早起き、手洗い、うがいを心がけ、体調管理には十分気を配っていきましょう。

感染症にご用心！

インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節。小さい子ほど感染症にかかると進行が早く、重症化するおそれがあります。体調不良の兆しがあったら、早めに休ませた方が早く回復します。

ノロ、ロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状や、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないようこまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は手洗い・うがいを行ってください。

※嘔吐物は二次感染を防ぐために速やかな処理が必要です。まずは窓を開けて換気を行い、ゴム手袋やマスクを用いて嘔吐物に直接触れないようにしましょう。

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先の救急病院の情報も把握しておくことが大切です。

冬の「あるある」（どれもみなご注意ください！）

やけど（低温やけど）

ストーブや熱湯での火傷。カイロや湯たんぽでの低温やけど。使用時は要注意！
お餅での事故

小さく切っても飲み込みにくく、窒息に要注意！

うたたね

風邪をひくばかりか、コタツなど場所によっては低温火傷の危険性も。

夜更かし

ついついしがち。「たまにだから…」が続くと、それは習慣に…。

朝ねぼう

寒い日は布団から出たくないですね。一日を充実させるには、早起きが一番！

楽しい年末年始を過ごすには健康第一！

12月21日は冬至

冬至は、北半球で太陽の高さが最も低くなる日。

ゆず湯の他に「ん」がつく食べ物を食べると運気が上がると言われています。

「ん」がつく食べ物、沢山探してみてください。



なんきん（かぼちゃ）



にんじん

などなど

日	曜日	献立名		給食・材料名			エネルギー (kcal)	たん ぱく 質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
		昼食	おやつ (☆手作り)	熱や力になるもの	血・肉・骨になるもの	体の調子を整えるもの				
2	月	ごはん ミートローフ じゃが芋のカレー煮 みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆ツナチャーハンにぎり	米 油 バン粉 じゃが芋	豚肉 鶏肉 高野豆腐 牛乳 みそ	人参 玉葱 グリンピース いんげん 大根 大根菜 わかめ オレンジ	503 605	18.9 22.7	12.6 14.8	1.7 2.3
3	火	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ごましょうゆ和え みそ汁 バイン缶	牛乳 ビスコ・せんべい	米 油 片栗粉 ごま油	豚肉 厚揚げ みそ	玉葱 人参 ビーマン コーン トマト いんげん ブロッコリー えのき 小松菜 バイン缶	463 550	17.1 21.1	13.5 16.1	1.6 2.0
4	水	中華丼 かにかま和え 中華風コンソメスープ みかん缶	飲むヨーグルト ☆ごまビスケット	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油	豚肉 かにかま 卵	白菜 玉葱 人参 ビーマン もやし チンゲン菜 コーン えのき 葱 みかん缶	518 620	18.7 22.4	12.7 16.0	1.9 2.4
5	木	肉みそうどん さつま芋の金平 グレープフルーツ缶	牛乳 ☆ココアシュガーラスク	うどん ごま油 砂糖 片栗粉 さつま芋 ごま	豚肉 みそ	玉葱 人参 小松菜 グレープフルーツ缶	433 524	16.6 19.7	13.6 15.9	1.5 1.9
6	金	ご飯 かわいいのごまみそ焼き 野菜の納豆和え すまし汁 パナナ	牛乳 ☆ちぢみ	米 油 砂糖 ごま	かわいい みそ 納豆 豆腐	人参 もやし 小松菜 わけぎ パナナ	500 592	19.7 23.8	12.9 14.7	1.1 1.5
9	月	ご飯 鶏肉のチーズ焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁 オレンジ	牛乳 ウエハース・せんべい	米 砂糖 油 じゃが芋 片栗粉	鶏肉 チーズ 豚肉 油揚げ みそ	玉葱 人参 いんげん 大根 大根菜 小松菜 オレンジ	466 578	16.7 20.6	15.3 18.1	1.4 1.9
10	火	黒糖パン スペイン風卵焼き スパゲティサラダ コンソメスープ グレープフルーツ缶	牛乳 ☆わかめおにぎり	パン じゃが芋 スパゲティ 油 マヨネーズ	卵 牛乳 チーズ ツナ	玉葱 小松菜 人参 きゃべつ えのき グレープフルーツ缶	448 518	17.2 19.7	14.5 17.0	1.8 2.2
11	水	カレーライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ(乳児のみ) バインヨーグルト	ミロ ☆ジャムケーキ	米 麦 じゃが芋 油 小麦粉 砂糖	豚肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク	玉葱 人参 ブロッコリー バイン缶	500 609	18.1 21.5	16.3 19.1	2.2 2.0
12	木	焼きそば わかめスープ カルピスミルクゼリー	牛乳 ☆ツナおにぎり	中華めん 油 ごま 砂糖	豚肉 豆腐 牛乳 ゼラチン	きゃべつ もやし 玉葱 人参 葱 わかめ	491 575	19.4 22.8	12.8 14.7	1.2 1.6
13	金	ご飯 赤魚の葱みそ焼き 中華炒め すまし汁 パナナ	ミルクココア ☆かぼちゃスコーン	米 砂糖 油 ごま油	赤魚 みそ	葱 チンゲン菜 もやし 人参 玉葱 えのき 大根 小松菜 パナナ	501 611	21.1 25.7	14.7 17.2	1.4 1.7
14	土	すき焼き風丼 小松菜のお浸し みそ汁 みかん缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 砂糖 ごま ごま油	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	白菜 人参 えのき 玉葱 わかめ 小松菜 みかん缶	485 575	18.0 21.3	18.1 21.5	1.4 1.7
16	月	ごま塩ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の炒め物 オレンジ	牛乳 ☆人参ジャムサンド	米 ごま 油 砂糖	鶏肉 さつま揚げ 油揚げ みそ	切干大根 人参 小松菜 わかめ 玉葱 オレンジ	478 584	18.3 22.0	15.1 18.5	1.8 2.3
17	火	ご飯 豚肉の生姜炒め ブロッコリーのツナ和え みそ汁 グレープフルーツ缶	牛乳 せんべい・ビスケット	米 油 砂糖 ごま油 ごま じゃが芋	豚肉 ツナ みそ	玉葱 人参 いんげん ブロッコリー 小松菜 グレープフルーツ缶	448 562	19.6 23.6	12.7 15.4	1.3 1.6
18	水	マーボー丼 中華和え みそ汁 みかんヨーグルト	牛乳 ☆マーブルココアクッキー	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	豆腐 高野豆腐 豚肉 ヨーグルト みそ かにかま	にら 玉葱 もやし 小松菜 人参 玉葱 白菜 みかん缶	515 633	18.9 23.4	18.7 22.2	1.7 2.2
19	木	スパゲティーナボリタン キャベツサラダ コンソメスープ いちごミルクゼリー	牛乳 ☆五平もち	スパゲティ 油 砂糖	ウインナー チーズ 牛乳	玉葱 人参 ビーマン トマト きゃべつ 小松菜 わかめ	484 602	16.8 20.6	13.8 17.5	1.7 2.2
20	金 冬至メニュー	ご飯 さばの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮 けんちん汁 パナナ	牛乳 ☆ココアシュガーパイ	米 砂糖 ごま 油	さば 豚肉	かぼちゃ 大根 ごぼう 人参 小松菜 パナナ	500 602	17.7 21.4	19.2 22.7	1.4 1.8
21	土	豚肉の塩炒め丼 のり酢あえ みそ汁 バイン缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 ごま油 油 砂糖 片栗粉 じゃが芋	豚肉 ツナ 油揚げ みそ	人参 玉葱 小松菜 きゃべつ もやし のり さや バイン缶	495 574	20.4 24.2	15.6 17.4	1.3 1.5
23	月	ご飯 鶏肉のごまみそ焼き ちくわと野菜の煮物 すまし汁 オレンジ	牛乳 ☆鮭おにぎり	米 ごま 油 砂糖 片栗粉	鶏肉 みそ ちくわ 豆腐	大根 人参 ごぼう いんげん わかめ 小松菜 オレンジ	470 569	18.1 21.6	13.9 16.8	1.2 1.6
24	火 クリスマス会	ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーサラダ オニオンスープ みかんゼリー	りんごジュース ☆クリスマスケーキ	パン マカロニ 油 バター 小麦粉	鶏肉 豆乳 チーズ ツナ	玉葱 人参 マッシュルーム缶 ほうれん草 ブロッコリー コーン えのき みかん缶	520 615	17.7 21.5	16.7 19.9	1.8 2.4
25	水	ハヤシライス ツナサラダ コンソメスープ(乳児のみ) バイン缶	牛乳 ☆ツナケチャップにぎり	米 麦 油 小麦粉	豚肉 チーズ ヨーグルト スキムミルク	玉葱 人参 グリンピース マッシュルーム缶 キャベツ バイン缶	529 634	18.0 21.2	15.4 17.7	2.4 2.2
26	木	塩バターコンラーメン ゆかりおにぎり いちごヨーグルト	牛乳 ☆ベイクドポテト	中華めん ごま油 米 ごま 砂糖	豚肉 バター ヨーグルト スキムミルク	人参 もやし きゃべつ コーン わかめ	504 616	17.3 21.0	15.0 18.1	1.6 2.3
27	金	わかめご飯 さばの立田焼 キャベツの甘酢あえ みそ汁 パナナ	牛乳 マリー・せんべい	米 ごま 片栗粉 油 砂糖	さば ちくわ 油揚げ みそ	わかめ きゃべつ 人参 大根 大根菜 小松菜 パナナ	471 547	18.8 22.1	13.0 15.0	1.9 2.3
28	土	スタミナ丼 ごま酢あえ みそ汁 バイン缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 砂糖 ごま ごま油 じゃが芋	豚肉 ツナ みそ	玉葱 人参 にら ブロッコリー さや いんげん バイン缶	472 555	18.5 2.1	14.2 16.2	1.4 1.7
平均栄養量 1.2歳児							497	19.3	14.8	1.6
3.4.5歳児							585	23.4	17.5	2

※ 食材料入荷の都合等により、献立を変更させて頂く場合があります。ご了承ください。

※ おやつは0.1歳クラス 午前80m l、午後80m l 2～5歳クラス午後のみ100～120m l 出しています。

※ 献立に使用している食材で食べた事のないものがある場合は、事前にご家庭で食べてみてアレルギー反応が出ないか確認をお願いします。

※ 土曜日 お楽しみおやつ 余剰分の食材を使った手作りおやつです。

10月下旬から始めた幼児クラスの食堂化ですが、少しずつ形になってきました。

オープンしたらすぐに食べに来る子、遊びに夢中でゆっくりと食べにくる子、「一緒に食べようね」と仲良しさんで食べる子 など様々ですが、それぞれのペースで楽しそうに食べています。

そらぐみのお当番が盛り付けをしています、ご飯や汁物など上手によそえるようになってきました。

また、始めはトレーで給食を運ぶのがおぼつかなかったつきぐみでしたが、だんだんと上手になってきましたよ。

自ら食事の準備に参加し食事に向き合う事で、食に対する姿勢や園生活がより良いものになっていければ良いと考えております。

11月の食育の様子

にじぐみ 乾物に親しもう！

にじぐみは初めての食育です。たくさんある乾物の中から今回は、高野豆腐・小町麩・カットわかめを用意しました。

初めて見る乾物に興味津々の子ども達。触ったらどんな感じ？匂いはどう？

ぬるま湯を入れると… 「大きくなった～」 触ってみると「ふわふわしている」

やわらかくなった高野豆腐をしぼって 「じゃー水でた～」

なかには、やわらかくなった高野豆腐やわかめを黙々とこまかくちぎっている子もいましたよ。

「スープのにおいがする」など、五感をフルに使った楽しい食育となりました。

12月の給食



12月20日（金） かぼちゃのそぼろ煮

12月21日（土）は冬至です。冬至は1年で一番昼が短い日。この日を境にだんだん日が長くなっていきます。

冬至の日にかぼちゃを食べ、ゆず湯に入る習慣がありますね。

「冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかない」と聞いたことはありませんか？

野菜の少ない冬、保存のきくかぼちゃを食べて栄養を補い健やかに過ごそうという昔からの知恵です。

園では前日20日にかぼちゃのそぼろ煮を出す予定です。かぼちゃを食べて元気に冬を過ごしましょう。

12月24日（火） クリスマス 行事食

12月24日はクリスマス会 🎄 楽しく過ごした後はクリスマスのご馳走メニューです。

どんなお料理がでるのかな？お楽しみに

🍦 手作りアイスクリーム 🍦

「キャンプでアイスを作って楽しかったので、そらぐみでも作って食べたいな」という子どもの声から子ども達と一緒にアイスを作りをしました。とても美味しいアイスができました！ご家庭でもいかがですか？

【材料】 ☆生クリーム100ml ☆牛乳100ml ☆砂糖30g

氷500gくらい 塩100gくらい ジブロック大1枚 中1枚 タオル1～2枚+タオルをとめる輪ゴム

【作り方】① ジブロック（中）に☆をすべて入れて空気をぬき口をしめる。それをよくもんで砂糖と混ぜる。

② ジブロック（大）に氷と塩を入れ、軽くもんで混ぜる。

③ ②の中に①をいれてしめる。（氷の間に①の袋を入れるかんじ）

④ ③の外側をタオルで包んで輪ゴムで止める。約10分間 振ったりもんだりして固まったら完成！

（注意） 塩を混ぜた氷はマイナス20度くらいになるので、素手で触らないようにしましょう。

おすすめ書籍の紹介です

「すべて、こども中心。」

著 者 : 齋藤紘良

出版社 : KADOKAWA



東京にある“しぜんの国保育園”の理事長でもあり園長でもある齋藤紘良さんの本です。

何も知らずにタイトルに引かれて手に取った本ですが、テレビなどでも活躍されている有名な方のように。子どもに対する考え方や、子どもとのほっこりするエピソードなど、心が温まる内容です。

途中、絵本作家五味太郎さんとの対談もあり、五味さんの「絵本は子どものために描いているというわけではないけど、子どもが一番反応するんだ。」という話に、子どもを対等な存在として関わっていくことの大切さを感じました。

Q&Aもあります。

「バタバタの生活の中でも絵本の読み聞かせは必要？」

「小さな頃からアートに触れることは大事なのでしょうか？」

などなど、父母たちの悩みや疑問にもわかりやすく答えてくれています。

12

Event schedule

行事予定

6日(金) 小学校交流 そら組

7日(土) お楽しみ会 つき組 ほし組 そら組

9日(月) 運動遊び つき組 ほし組 そら組
身体測定 ゆめ組 にじ組 はな組
内科検診

10日(火) 身体測定 つき組 ほし組 そら組

13日(金) 日光さる軍団来園

19日(木) わらべうた集会

24日(火) クリスマス会

26日(木) もちつき

27日(金) 避難訓練

12月29日(日)～1月3日(金)は 休園になります。

!

Information

お知らせ

- 12/7 1/4 土曜日保育を利用される方はお弁当持ちとなります。よろしくお願いします。

- 13日(金) 15:30～

日光さる軍団のおさるさんが遊びに来ます。

公演は40分程度を予定しています。

その時間お車で送迎の方は、いつも通り速やかな降園をお願いいたします。

園のスペースに停めたまま、終わりまで待つことができませんのでご配慮をお願いいたします。



アンジェリカほいくえん