

DIARY

News from Angelica

2025/3

3



“アンジェリカの日”について

楽しみにしている “アンジェリカの日”

子ども達は一日の日課を自分で決めて生活します。戸外でも 室内でも ドッチボール大会などのイベントに参加するのも、しないのも自分で決めます。

2月からは保護者の皆様にも“アンジェリカの日”を楽しんでいただけるようになりました。毎回たくさんの方に参加していただき、子ども達もうれしそうです。

今年度を振り返ると、“アンジェリカの日”だけでなく、乳児クラスの“保育士体験”や“保育参加”等平日の開催にも関わらずたくさんの方にご参加、ご協力いただきました。

園の中にたくさんの大人の目があることは、子どもにとっても、我々保育士にとっても、良い環境だと思います。

次年度はさらに、保護者の皆様にご参加いただける機会を用意していきたいと思っています。引き続きご協力お願いいたします。



クラス・グループの様子

～一年間ありがとうございました～



ゆめ組



入園初めの4月は、慣れない新しい生活に戸惑って泣くことが多かったゆめ組のお友だち。寝返りをしている子もいれば、ハイハイで元気にお部屋を探索する子もいました。そんなみんなが今まではすっかり歩くのが上手になり、自己主張も強くなってきています。おもちゃを次々と棚から落とす、お友だちが使っているおもちゃが羨ましくて取ってみる、保育者の目を見ながらいたずらを楽しむ等々…笑。最近には特にお友だちとの関わりが増えてきて、手を繋いだり一緒に歩いたりするときも見られるようになりました。今まで保育者にしてもらっていたことも、少しずつ自分で出来るようになり、言われなくても生活の流れを理解して自ら動く姿にはビックリさせられています。4月から立派なにじ組さんになりますね！1年間無事に過ごせたのも保護者の皆様のご協力があったからです。本当にありがとうございました。



にじ組



4月当初は見慣れない保育士や4いつも一緒にいたお父さんお母さんと離れる時に泣いてしまう子が多かったのが、今では元気よくにじ組のお部屋まで登園してくれる子どもたち。中には「おはよう！」と言える子も。1年でたくさんを経験し、大きく成長したにじ組さん。始めは一人遊びから始まった子どもたちが、どんどん友だちに興味が出てきて、友だちが遊んでいるマネっこから始まり、一緒にブロックでお家を作ったり、ダンスをしたり、おままごとをしたり。時にはおもちゃの取り合いなどでケンカもしながら、でも気づいたらすぐに仲直りをして一緒に遊んでいた。今ではお休みの子にすぐに気づき、「〇〇さんは？」と保育士に訪ねてくる子が多いです。そのくらい友だちの存在が子どもたちの中で大きくなっているのだなと実感します。次ははな組さん。どんな成長が見られるのか楽しみです。ありがとうございました。



はな組



早いもので、はな組で過ごすのも残り一か月となりましたね。日頃の遊びや生活の中では、保育者に「やって！」とお願いしていたことが「みて！」「できたよ！」というみんなの誇らしげな笑顔がたくさんみられるようになりました。この一年を通して心も体も大きくなったように感じます。最近では、お友だちとの関わりも増え、泣いているお友だちがいたら、「だいじょうぶ？」と優しく声をかけたり、転んでしまったお友だちを見つけるとそっと手を差し伸べてあげたりするなど、お友だちを思いやることができるようになりました。引き続き一人ひとりに寄り添いながら成長を見守っていきたいと思います。

この一年至らない部分もたくさんあったかと思いますが、あたたかく見守っていただき本当に感謝しております。



ミモザ



この一年で一回りも二回りも大きくなった子どもたち。みんな新しい生活に戸惑いながら過ごしていた4月。そら組さんがつき組さんのお世話を頑張る姿を見て、ほし組さんも見様見真似で声をかけてみたり、お世話をしたりしていました。今では一人一人が自信を持って生活ができるだけでなく、お友だちと助け合いながら過ごす姿、時計を見て自分たちで次の活動に移る姿などとても成長を感じています。保護者の皆様のたくさんのご理解とご協力、誠にありがとうございました。



アイビー



いよいよ進級まであと少し！「次は〇〇組さんになるんだね」とちょっぴり恥ずかしそうに話す子どもたちの姿にホッコリしています。この1年間、そら組さんはつき組さんのお世話をしたり、友だちとアイデアを出し合って遊んだり、異年齢での関わりを深めながら成長した姿を見せてくれました。保護者の皆様と子どもたちの成長を見守り、喜びを分かち合えたことを嬉しく思います。たくさんのご協力ありがとうございました。進級後の成長も楽しみにしています。



レンゲ



今年度もいよいよ残りわずかとなりました。この一年で大きく成長した子ども達。一人ひとり、自分のペースで一步一步たくましくなっていく姿を近くで見ることができ、嬉しさを感じているこの頃です。グループとしても大きな行事だけではなく、色水遊びをしたり、マヨネーズを作ったりと子ども達の“やりたい”を形に変えていけるように一緒に考え、楽しむことができました。

残りの日々も思いっきり楽しみ、素敵な思い出をたくさん作っていきたいです。一年間日々の保育へのご理解、ご協力をありがとうございました。



事務所



今年度も度重なる、環境の変化に、毎回対応していただき本当にありがとうございました。来年度も、変わってしまう事もあるかと思いますが、、、よろしくお願いいたします。

また今年度は、保育士体験や、アンジェリカの日にお家の方に参加して頂いたり、新しい取り組みがスタートしました。これからもどんどん新しい取り組みにチャレンジし、よりよい保育・環境を目指し、職員一同努めていきます！！

2月20日ににじ組さんと幼児クラスでわらべうた集会を行いました。

2月のわらべうたは「おおまめこまめ」です。手や足の刺激を促す遊びで1本1本しっかり指をにぎることがポイントです。メロディはついていますが、リズムカルにお話をするように遊んでみましょう。手の指での遊び方ですが、足の指で行うのもおすすめです。フットマッサージにもなり、お子さんもととても喜びますよ。

☆にじ組☆

①はじまりのうた「ちょちちょあわわ」

わらべうた担当の保育士がお部屋に入るとワクワクした表情で集まってくれるにじ組さん。和やかな雰囲気の中、ゆったりと楽しんでいきます。

②季節のわらべうた「おおまめこまめ」

保育士の手の動きをじーっと見ていたにじ組さん。
ぜひ親子でお子さんの手を取ってやってみてください。

③ふれあい遊び「あずきちょまめちょ」

♪あずきちょまめちょやかんのつぶれちょ♪

歌詞はこれだけです。(短くて歌いやすい!)今回はお子さんを大人の膝に乗せて歌に合わせて揺れ、最後の「ちょ」でストーンと落とす遊びを楽しみました。

繰り返しの遊びが楽しい1歳児クラスさん、やってみると楽しさが伝わり、終始笑顔のにじ組さんでした。

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「ちょちちょあわわ」

②季節のわらべうた「おおまめこまめ」

昨年もやっていたわらべうたで「知ってるー！こうだよね！」と動きを思い出しながら楽しんでいました。つき組さんもよく見ていて覚えてきましたよ～！

③体を動かすわらべうた「あんたがたどこさ」

まりつき遊びとしてボールをつきながら、「さ」のところで足をくぐらせる遊びをしました。「あんたがたどこさ」の歌を聞いて今年のわらべうたを思い出したようでそら組さん中心に「知ってる！」と一緒に歌っていました。歌詞に出てくる言葉「せんば」は、熊本県の「船場」、埼玉県川越市の「仙波」などいろいろな説があるようです。歌詞を覚えたらジャンプ遊びにも挑戦したいと思います。

④おわりのうた「さよならあんころもち」

進級、進学を控え

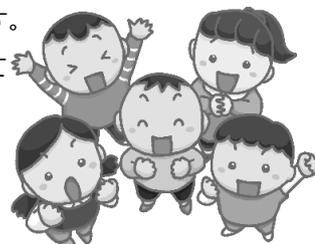
新年度を控え、多くの子ども達が「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ中には、大人の期待を過度に受け止め、気持ちが不安定になる子どももいます。

今までなかったのに、指しゃぶりや爪かみなどをする様子が見られることもあります。

園でも、子ども達の不安や期待を受け止めつつ、のびのびと生活を送れるようにしていきますので、ご家庭でもお子様の様子を気にかけてあげてください。

もし変わった様子や、気になることがございましたら

担当保育士にお気軽にご相談ください。



子どもの睡眠について

朝、なかなかお布団から出られない日もありますよね。新年度、新生活はリズムが崩れがち。そこで、子どもの睡眠と子どもも大人も朝気持ちよく目覚めるコツを紹介したいと思います。

【そもそも子どもの睡眠ってどのくらい必要？】

1～2歳 11～14時間 3～5歳 10～13時間 6歳 9～11時間

睡眠がどれだけ必要かは個人差も大きいのですが、だいたいお昼寝も含め上記くらいが目安と言われています。

もちろん、その日の体調や疲れによっても変わってきます。睡眠時間確保、生活リズムを整えるためにも、夜は早めに寝られるようにしましょう。

【気持ち良い眠りと目覚めのコツ】

- ① できるだけ毎日の起床、就寝時刻を子どもなら1時間、大人でも2時間以上ずれさせない。
- ② 朝起きたらカーテン、窓を開けて光を浴び、体内時計のリセットと空気の入れ替えをする。
- ③ 朝ご飯をしっかり食べる。
- ④ 一日のうち1つでも楽しいと思えることをする。
- ⑤ 入浴は湯船に15分前後、ゆっくり浸かる。
- ⑥ 就寝1時間前までにはパソコンやスマホの液晶画面を注視するのはやめる。
- ⑦ 寝る前は音楽や読書などでリラックス。
- ⑧ 寝る前にはささやかなことで良いので、明日の楽しみなことを一つ思い浮かべる。
- ⑨ 就寝中は部屋を暗く静かにし、温湿度もエアコンを使って快適にする。



【子どもはなぜ夜泣きをする？】

困っている人も多い子どもの夜泣き。起きている時の刺激が夢に現れて夜泣きする、昼間のストレスを夜泣きで発散しているなど原因は諸説あり、決してネガティブなことだけではないそうです。成長と共にいつの間にか無くなることも多いのでよほどひどいものでなければ、生活習慣を整えつつ様子を見ていきましょう。

とはいえ、子どもの夜泣きで寝不足になっている保護者の方も多いと思います。「夜泣きはある程度仕方ない」と割り切って子育てを頑張るみなさんが少しでも休める時間を助け合って作るのも大切だと思います。

今月は工作・実験がテーマである
おすすめな絵本を紹介します。



子どもたちは作ることが大好きです。
そんな子どもたちにぴったりの絵本を見つけたので、一緒に読んであげてください。
きっと「作りたい！やってみたい！」という気持ちになるはず！
お休みの日などにお家で工作してみてください。

3

Event schedule 行事予定

- 3日(月) ひな祭り集会
- 4日(火) アンジェリカの日
- 7日(金) 卒園式リハ(そら)
- 10日(月) 身体測定(ゆめ、にじ、はな)
運動遊び(つき、ほし、そら)
- 11日(火) アンジェリカの日
- 12日(水) 身体測定(つき、ほし、そら)
- 13日(木) お別れ会
- 15日(土) 卒園式(そら)
- 18日(火) ちっち(つき、ほし)
- 19日(水) わらべうた集会
- 28日(金) 避難訓練

※ 24日(月)～ 新しいお部屋で今の担任と過ごします。

!

Information お知らせ

4月5日(土) 保護者懇談会を行います。
詳細はコドモン一斉連絡よりお知らせいたします。

〈日時〉
4月5日(土)
開門8:50 開始9:00 10:00までに終了予定

〈内容〉
クラスごとにお集まりいただき、担任からの挨拶
保護者の皆様で顔合わせ、自己紹介などをしてい
たきます。

※保護者の方対象の行事となります。お子様を預けられない場合
には、ご相談ください。

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				
1	土	チャーハン 中華風酢の物 青菜のスープ みかん缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 ごま油 ごま 砂糖	豚肉 卵 ツナ	玉葱 人参 いんげん もやし 小松菜 コーン みかん缶	483 561	18.7 21.6	17.8 20.4	1.1 1.3
3	月 ひなまつり	いなり巻き 鶏肉のから揚げ ごま味噌和え すまし汁 オレンジ	牛乳 ☆ひなまつりケーキ	米 ごま 片栗粉 油 砂糖 ごま油	油揚げ 鶏肉 鰯糸卵 みそ はんぺん	ブロッコリー 人参 なばな しめじ オレンジ	519 634	18.5 22.2	20.6 25.0	1.2 1.6
4	火	ご飯 豚肉の生姜焼き 切干大根とツナの炒め煮 みそ汁 グレープフルーツ缶	牛乳 ☆ココアサンド	米 油 砂糖 ごま油 じゃが芋	豚肉 ツナ みそ	玉葱 人参 いんげん 切干大根 小松菜 グレープフルーツ缶	486 590	20.8 25.0	14.5 17.0	1.6 2.0
5	水	チキンカレーライス わかめサラダ スープ(乳児のみ) カルピスマルクゼリー	牛乳 せんべいビスコ	米 麦 じゃが芋 油 ごま 砂糖	鶏肉 牛乳 チーズ	玉葱 人参 きゃべつ わかめ	554 637	16.9 19.6	18.8 21.5	2.2 1.9
6	木	豚汁うどん さつま芋の金平 フルーツヨーグルト	牛乳 ☆鮭おにぎり	うどん 油 さつまいも ごま油 ごま	豚肉 油揚げ みそ ヨーグルト スキムミルク	大根 人参 玉葱 ごぼう えのき 小松菜 いんげん フルーツ缶	476 567	17.3 20.5	12.5 14.4	1.7 2.1
7	金	ご飯 かわいいのみそマヨ焼き 肉じゃが すまし汁 バナナ	牛乳 ☆青のりクッキー	米 マヨネーズ じゃが芋 油 砂糖	かわいい みそ 豚肉 豆腐	人参 玉葱 きぬさや わかめ えのき バナナ	515 630	18.6 22.6	17.4 20.8	1.2 1.5
8	土	ブルコギ丼 中華和え みそ汁 バイン缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 ごま 片栗粉 ごま油 じゃが芋	豚肉 みそ ツナ 油揚げ	玉葱 人参 いら 小松菜 もやし さや バイン缶	495 573	19.3 22.3	15.7 17.5	1.7 2.0
10	月	ご飯 さばのカレー風味焼き ビーフン炒め みそ汁 オレンジ	ミロ ☆ジャムロールパイ	米 小麦粉 油 ビーフン ごま油	さば 魚肉ソーセージ 油揚げ みそ	きゃべつ 人参 もやし 小松菜 ピーマン オレンジ	486 577	18.8 22.6	17.9 21.1	1.5 1.8
11	火	ロールパン 鶏肉のトマトソースがけ マカロニサラダ 豆乳スープ グレープフルーツ缶	牛乳 ☆バナナビスケット	パン 片栗粉 油 砂糖 マカロニ マヨネーズ	鶏肉 ツナ ベーコン 豆乳	トマト 玉葱 人参 しめじ グレープフルーツ缶	500 620	18.6 22.8	23.5 28.8	1.8 2.3
12	水	二色丼 ナムル みそ汁 バナナ	牛乳 ☆焼きそば	米 油 砂糖 ごま ごま油 じゃが芋	豚肉 卵 牛乳 みそ	玉葱 人参 いんげん ほうれん草 もやし さや バナナ	518 628	20.2 24.3	16.3 19.3	1.7 2.1
13	木 リクエスト メニュー	セルフホットドック ベイクポテト チーズ入りサラダ マカロニスープ サイダーボンチ	飲むヨーグルト ☆マッシュマロおこし (乳児 蒸しパン)	パン じゃが芋 油 マカロニ 砂糖	ウインナー チーズ	ブロッコリー 人参 小松菜 玉葱 みかん缶	478 627	15.7 20.0	13.6 21.5	1.9 2.8
14	金	しょう油ラーメン じゃが芋のバター焼き いちごヨーグルト	牛乳 ☆チーズ入りケーキ	中華めん ごま油 油 じゃが芋 マーガリン 砂糖	豚肉 さつま揚げ ヨーグルト	きゃべつ 人参 コーン もやし 玉葱	496 604	17.6 21.1	15.2 17.9	1.6 2.0
17	月	ご飯 鶏肉のマヨパン粉焼き ひじき煮 みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆ポップコーン (乳児 マンナビスケット)	米 パン粉 マヨネーズ 砂糖	鶏肉 ヨーグルト ちくわ 油揚げ	ひじき 人参 いんげん 小松菜 わかめ えのき オレンジ	455 479	19.6 22.8	13.8 16.9	1.6 2.2
18	火	ピビンバ丼 ブロッコリーのソテー 中華コンスープ グレープフルーツ缶	牛乳 ☆マカロニポリタン	米 油 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉	豚肉 高野豆腐 ツナ 卵	玉葱 もやし 人参 小松菜 ブロッコリー さや コーン グレープフルーツ缶	486 592	20.6 24.9	15.5 18.3	1.7 2.2
19	水	ボーークカレーライス チーズサラダ スープ(乳児のみ) バインヨーグルト	牛乳 せんべいウエハース	米 麦 じゃが芋 油 砂糖	豚肉 牛乳 ヨーグルト チーズ スキムミルク	玉葱 人参 ブロッコリー コーン バイン缶	514 619	17.3 20.4	15.9 18.2	2.0 1.9
21	金	わかめご飯 鮭のちゃんちゃん焼き 春雨の中華あえ すまし汁 バイン缶	牛乳 ☆さつまいものケーキ	米 片栗粉 油 砂糖 春雨 ごま油 ごま	しゃけ みそ 鰯糸卵 油揚げ	わかめ 玉葱 きゃべつ しめじ 人参 もやし 大根 小松菜 バイン缶	504 614	18.8 22.8	14.9 17.5	1.4 1.9
22	土	あんかけやきそば 中華スープ みかん缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	中華めん 油 ごま油 片栗粉 ごま	豚肉 高野豆腐	人参 玉葱 きゃべつ もやし きくらげ さや わかめ 小松菜 みかん缶	474 547	17.3 20.2	13.6 15.3	1.3 1.6
24	月	ご飯 肉野菜炒め ツナ入り卵焼き みそ汁 オレンジ	牛乳 ☆青のりベイクポテト	米 ごま油 砂糖 油	豚肉 卵 ツナ 豆腐 みそ	きゃべつ もやし 人参 玉葱 ピーマン さや しめじ オレンジ	458 550	18.9 22.5	16.9 20.0	1.4 1.8
25	火	黒糖パン 鶏肉の南蛮漬け ブロッコリーサラダ コンソメスープ バイン缶	牛乳 ☆ライスピザ	パン 片栗粉 油 マヨネーズ 砂糖	鶏肉 卵 チーズ ベーコン	ブロッコリー 人参 小松菜 玉葱 コーン バイン缶	448 552	21.3 26.1	14.7 17.5	1.8 2.3
26	水	マーボー丼 ナムル すまし汁 みかんヨーグルト	牛乳 ☆ココアクッキー	米 麦 油 砂糖 片栗粉 ごま油 ごま	豆腐 かにかま 高野豆腐 みそ ヨーグルト 豚肉	いら 玉葱 もやし 小松菜 人参 わかめ えのき みかん缶	523 631	18.8 22.3	18.9 22.4	1.5 1.9
27	木	ツナ入りポリタン カリフラワーサラダ コンソメスープ ミルクココアゼリー	牛乳 ☆五平もち	スバゲッティ 油 砂糖	ツナ チーズ チーズ 牛乳	玉葱 人参 ピーマン トマト カリフラワー 小松菜 コーン	491 593	21.2 25.6	12.5 14.4	1.7 2.1
28	金	ご飯 赤魚のごまみそ焼き ちくわと野菜の煮物 すまし汁 バナナ	牛乳 チョイス・ハッピーターン	米 ごま 油 片栗粉	赤魚 みそ ちくわ 油揚げ	大根 人参 ごぼう いんげん 玉葱 さや バナナ	506 586	21.3 25.5	14.8 16.5	1.1 1.3
29	土	チキンライス ブロッコリーサラダ コンソメスープ バイン缶	牛乳 ☆お楽しみおやつ	米 油 バター ごま じゃが芋 コーン	鶏肉 チーズ	人参 玉葱 ピーマン マッシュルーム ブロッコリー バイン缶	470 548	17.1 20.1	12.9 14.4	1.6 2.1
31	月	ご飯 照り焼きハンバーグ 切干大根の炒め煮 みそ汁 オレンジ	お茶 ☆豆乳くずもち風	米 パン粉 油 砂糖 片栗粉 ごま油	豚肉 高野豆腐 さつま揚げ 油揚げ みそ	玉葱 切干大根 人参 小松菜 きゃべつ オレンジ	453 566	16.7 20.9	13.7 17.2	1.3 1.6

平均栄養量 1.2歳児

※ 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。

3.4.5歳児

※ 3月15日(土)は卒園式のため、給食はお休みです。

※ 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。

491	17.6	14.5	1.4
589	22.4	18.9	1.9

2月の食育の様子 そら 食育集大成 給食を作ろう

4月から包丁の練習や色々な食育活動を行ってきました。その集大成として、今年はカレーライス作りの他、ご飯を炊き、サラダ・デザート作りと給食全部を作る事にしました。当日までに打ち合わせをして、担当決めや作り方の手順を予習をしてスタートです。始めはカレーに入れる野菜を切ります。玉葱・人参・じゃがいも 固いものが多いですが1人で上手に切れる子が多かったです。次はお米を洗い炊飯器へ サラダ デザート作りとやる事は次々ありますが、順序良くできましたね。途中「すわりたい〜」なんて声もありましたが、「給食の先生はずっと立って給食を作っているんだよ」と伝えると元気をだして頑張っていました。カレーの野菜が柔らかくなったらカレールーを入れ味見をしたら完成！「いただきま〜す」お腹がすいたのでしょうか。「おいしい おいしい」と黙々とペロりと食べてしまいました。野菜ごろごろカレーでとても美味しくできました。給食作り 大成功でした！😊

3月の食育の予定

3月12日（水）ほし おはしの練習

おはしの使い方の練習をしてから、おやつやきそばをお箸で食べてみようと思います。

給食でも少しずつお箸を使っていきます。下記を参考にご家庭でも一緒に進めていきましょう。

3月14日（金）そら カップケーキ作り 3回目

卒園式の前日ですが、お世話になった先生に感謝の気持ちを込めてカップケーキを作ります。

今まで2回カップケーキ作りを行ってきました。自分たちの力のみで作ってみます。

今月の給食

3月3日（月） ひなまつり・行事食

女の子の節句として祝われている「ひなまつり」の始まりは中国とされています。

中国では3月最初の巳（み）の日に身を清めて、厄除けをする習慣がありました。

「形代（かたしろ）として身代わりの人形を作り、それが災難を引き受けてくれると考えられていました。

その人形に感謝と供養の気持ちを込めてごちそうを用意するようになったのが、まつりの始まりとされています。

この日のおやつは、ひなまつりケーキです。春らしく可愛らしく作る予定です。お楽しみに♡



3月14日（木）お別れ会食 5歳 リクエストメニュー

今月卒園式を迎えるそらぐみさん。長いお子さんでは、6年間 給食を食べましたね。

この日の給食は、たくさんあるメニューから、そらぐみさんが相談して決めました。

幼児クラスは3クラス一緒に楽しく会食をする予定です。

おはしの使い方

はじめての箸選び

色や柄など、さまざまな種類がある箸。ポイントを踏まえながら、子どもといっしょに選んでも楽しいです。お気に入りが見つかったら、大人がお手本となって使い方を示しましょう。

- ① 素材…木製か竹製
- ② 形…四角か六角で滑りどめのついているもの
- ③ 長さ…子どもの手を広げて、手首～中指の先の長さ + 3cm

- ① えんぴつのようにはしを1ぼんもつ
- ② もう1ぼんのはしをおやゆびのつけねとくすりゆびのさきではさむ
- ③ うえのはしだけうごかす

さきをそろえる
したのはしはうごかさない

