

多良第一保育園 ほいくだより  
Be the Master of LIFE!



# DAYS



明日は運動会。楽しみです。というわけで、運動に関する話を取り上げてみたいと思います。

つい最近、子どもの運動能力に関するショッキングな調査結果が公表されました。『最近の5歳児の運動能力は25年ほど前の3歳児とほぼ同じ』(山梨大学教育人間科学部中村和彦教授)というものです。たくさんの子どもの見たり子どもに関する全国の保育園幼稚園関係者の話を聞いたりしながら薄々感じてはいたことでしたが、データとしてはっきり突きつけられるとやはりショックを受ける内容ですね。

また、中村教授によれば「最近ではびっくりするような理由でケガをすることも増えている」とのことです。例えば「目の前に飛んできたボールをよけるどころか目もつぶらずそのままぶつかった」とか、「ちょっとした段差から飛び降りられなかったり、すぐにわかるような障害物をよけきれずに転倒した(しかも大ケガ)」といったことがあるようです。ケガというものに非常に敏感な昨今ですので、そのような事態が起きないようにバリアフリー的な発想で子どもの遊び環境を整える向きもありますが、それがさらに子どもの健全な育ちの邪魔になることは想像に難くありません。

多良第一保育園では3歳以上児を対象に「毎日体操」という、遊びを通して体幹を鍛えたり運動能力の発達を促す(補完する)体操を行っていますが、その中に鬼ごっこをモチーフにした体操遊びがあります。狭い空間を子どもたちが走り回るので、最初の頃は目の前に走ってきた子をよけきれずにぶつかる子がいました。鬼ごっこは走る曲がる止まるという基本的な運動とともに、さらに体をよじったり間合いを計ったり、なによりルールを守ることが大前提、など実は非常に多くの能力を要求される総合的な運動遊びで、保育園時代にこれが上手にできるようになることはとても大切なステップだと思えます。

少し脱線しますが、「走り回ってぶつかることが多い」ことは、運動能力とともに実は「立体視」という前後上下左右の位置関係を把握する能力が近年の子どもたちの中で衰えてきていることとも関係があるようです。その大きな要因は過度なテレビやゲーム。2次元の画面上で繰り広げられる激しい動きは子どもの心を奪いますが、同時にリアルなものの形や距離感を把握する能力も奪います。鬼ごっこでよくぶつかる、あるいは自分に向かって投げられたボールにうまく反応できないといった場合は、立体的に物事の動きをつかむ能力が育っていないとみていいかもしれません。

今年導入した園庭の遊具は、ヨーロッパの遊具安全規格に準拠した上で「大けがをしない」ように設計されています。裏を返せば「ちょっとしたケガはする」ということです。ケガをすることが子どもの発達上大切な体験であることを真正面から受け止めた発想といえます。子どもたち、特に小さな子にとってはずいぶんチャレンジングな遊具だと思いますが、子どもたちはそれに果敢に挑戦します。保育士は、そのがんばりを見守りますが、手は出しません。登れなくて悔しくて泣いていたら、「次がんばろうね」と言います。課題は自分で乗り越えてこそ意味があるからです。自分の努力で登れる・遊べるようになる感慨とその過程で身に付く運動能力は他に代え難いものがあります。

鬼ごっこにしても遊具にしても、子どもの育ちやはり遊びの中にあります。現代の子どもたちの運動能力低下は、おそらく普段から外で体を動かして活発に遊ぶ機会が減ったことや生活習慣そのものの変化が大きいのでしょう。遊び込んで、体を動かして、夢中になれる機会や環境をいかに整えてあげるか。主体的な遊びの中で、子どもたちの心身はいっしょに成長していくのだと思えます。

さて、明日は運動会です。子どもたち(特ににじ組)は「勝ちたい!」という思いが強いようですが、私たち大人は子どもたちがこれまでががんばった過程、あるいはその子なりの成長の足跡に拍手を送ってあげたいですね。心も体も躍動する子どもたちの姿を楽しみにして当日を迎えましょう。

## 行事予定

- 10/1(土) 運動会(ウッティドームにて)
- 10/12(水)~14(金) 平成24年度入園申込書類配布
- 10/14(金)11:00~11:30  
ぎふチャン・ミナモダンス収録(国体PR番組用)  
詳しくは今月のトピックスをご覧ください。
- 10/26日(水) 大垣ケーブルテレビ「元気はなまる」収録  
今年も昨年同様の収録があります。歌などはにじ組、インタビュー部分は  
おお組で行うことになると思います。どうぞよろしくお願い致します。
- 10/27(木) 秋の遠足
- 11/26(土) 保育参観・講演会
- 2/26(土) おあそび発表会
- 3/24(土) 卒園式

## お知らせ

## ■平成24年度入園申込書類配布について

上記期間中に保育園にて(※市役所や地域事務所ではありません)入園手続きに必要な書類を配布致しますので、入園希望の方は保育園までお越しください。受付は3日間ともに09:00~16:00です。来年度は、3歳以上児が若干名、3歳未満児は余裕があります。なお、在園児の弟妹の場合は入園希望の旨をお伝えいただければお渡し致します。

| 月          | 火                          | 水                             | 木                           | 金                 | 土        | 日  |
|------------|----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------------|----------|----|
|            |                            |                               |                             |                   | 1<br>運動会 | 2  |
| 3          | 4                          | 5<br>体操                       | 6                           | 7                 | 8        | 9  |
| 10<br>体育の日 | 11<br>11:30～<br>LIFE・給食ランチ | 平成24年度入園申込書類配布                |                             |                   | 15       | 16 |
| 17         | 18                         | 19                            | 20<br>15:00～<br>LIFE・手作りおやつ | 21                | 22       | 23 |
| 24         | 25                         | 26<br>大垣ケーブルテレビ<br>「元気はなまる」収録 | 27<br>秋の遠足                  | 28<br>集金日<br>避難訓練 | 29       | 30 |
| 31         |                            |                               |                             |                   |          |    |

# 10月のおたんじょうび

1. 生年月日
2. 好きな食べ物
3. 好きな遊び

お誕生日は大切な日です。  
おもしろい思い出がある  
ようにお祝いしましょう。

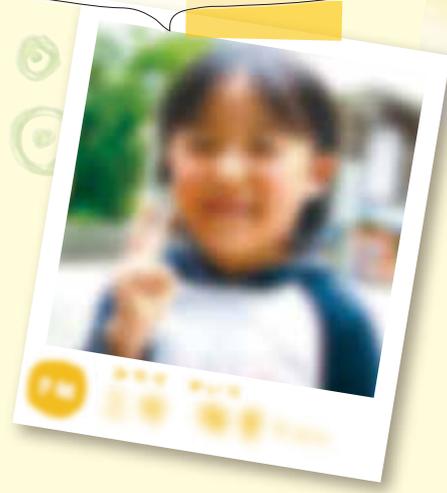
お誕生日おめでとう！  
いつもお祝いしています。

10月10日生まれ 4歳  
アイン  
お誕生日おめでとう

10月10日生まれ 4歳  
サクララン  
お誕生日おめでとう



10月20日生まれ 4歳  
ミカン イチゴ  
スイカ ナン  
LAQ



お誕生日おめでとう！  
お祝いしています。



# もも組の1ヶ月

## もものお月見

十五夜の日に粘土を使ってお月見団子を作りました。「夜になるとお月さま出るね～」「うさぎさんお月さまに住んでるもんね～」などとワイワイお話をしながら、丸くなるようがんばって団子をこねるみんな。月に住んでいるといううさぎさんの口にもびつたりのかわいいお団子をいっぱい作ってく



れました！その日のお散歩では、お供えの植物などを採ってきて飾り、とても華やかなお月見台が出来上がりました。



澄み切った秋空が広がり、過ごしやすい季節がやってきました。秋をみつけないお散歩にでかけては、ブドウやナツメ、栗などを見つけるたびにポケットに入れて持って帰るこどもたちです。

## 運動会練習

「ぼく赤だよ～！」「わたしもいっしょ！」と帽子をかぶりながらはしゃいでいる姿をよく見かけます。元気いっぱい踊ったり、かわいい姿で走ったりとほほえましいもも組さんの運動会練習です。友達に負けたくなくて、全力で取り組む子どももいて、小さいながらも真剣なみんなです。当日が楽しみです！



## テラスで遊ぶ

夏の暑さも収まってきたので、時々テラスに出ておやつを食べています。部屋とはまた違い、テラスで食べると一際おいしい？！ゴキゲンでパクパクと食べてくれます。食べ終わったらそのままプールごっこ。もちろん水は張らずにビニールプールの中



にいろいろなおもちゃを入れては遊んでいます。プールが大好きだったみんな、今はプールごっこがお気に入りの遊びのようです。



## ごっこ遊び

こどもたち同士で役割を決めて遊べるようになってきました。テラスに置いた太鼓橋に布をかけると、こどもたちの想像力でそれが車や家に変身。「ぼくお父さんね！」「OOちゃんはお母さん」「OOくんはお兄ちゃんね」などと決めて遊んでいるようです。最近では家族をモデルにしたおままごとだけでなく、大工さんごっこや警察官ごっこなど服や帽子をかぶってなり切りながら遊ぶことも。こどもたちの社会が広がってきた証拠ですね。



# にじ組の1ヶ月

## 運動会練習



「よーい…どん！」の掛け声で始まる運動会練習。これまでなかった競技や演目も加わって、こどもたちはやる気マンマンです。リレーや障害物競争はいつも白熱した戦いが繰り広げられ、負けたら悔しくて涙を流す子も…。練習前や後の作戦会議では、速い走り方をみんなで話し合ったり勝ちたいという思いを確かめ合いながら、思いっきり喜んだり泣いたりといっぱい心を動かしながら練習に臨んでいます。体操やダンス、玉入れなどおなじみの演目もみんな大好き。にこにこ楽しそうに練習に参加してくれていますよ。

いよいよ明日は運動会当日！こどもたちはどんな表情を見せてくれるのでしょうか？楽しみにしててくださいね。



## 十五夜



アイデアをたくさん出しながら手作りのお供えものが完成！

「お月さま見てくれるかなあ」と楽しみにして帰りました。翌朝、お団子が食べられてなくなっている！そして月のうさぎからお礼の手紙が届きました。「来てくれたんだ！」と大喜びだったのは言うまでもありません。月のうさぎにお返事を出すと、今度は「月にあそびにきてね」というメッセージ入りの月の石が！

そこでみんなで月に行こうと考え、積み木でロケットを作ることになり、図鑑であれこれ調べた結果スペースシャトルで行くことに決まったようです。月の絵本にも親しみ、また、月はなぜ大きくなったり小さくなったり(満ち欠け)するのかに興味を沸かしたこどもたちは、月の形のパターンを調べたり月の満ち欠けカレンダーを見ながら「満月の日に出発したいね」「うさぎへのお土産はなんにしようか？」とあれこれ話し合うなど、こどもたちの想像の世界はどんどん広がりを見せています。次の満月は10月12日。晴れたらおうちでもぜひお月見を楽しんでみてください。

残暑厳しい時期を過ぎ、朝夕は寒いくらいに冷え込むようになってきました。スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋…こどもたちの毎日はとても充実していますよ。





## 今月のおもちゃ 「ジーナミニ積み木」

大きさの違うカラフルな箱が6つ入っていて、大きさの順にぴったり収まり、入れたり出したりや、積み上げてタワーを作ることでもできます。その他にも人形を入れて家に見立てたり、タイヤのおもちゃをくっつけて車にするなど、形がシンプルなだけに遊びが限定されことなく、色々とアイデアをふくらませてそれを形にして遊び始めるおもちゃです。



## 今月の絵本 「パパ、お月さまとって！」

作・絵：エリック・カール  
訳：もりひさし

モニカは月と遊びたいのだけれど、手が届きません。そこでパパにとってほしいとお願いします。この本は、折り返しページをいくつかまじえた独創的なデザインが特長。パパが長い長いはしごを持ってくる場面では折り返しが横に開き、高い高い山よりも高くはしごを上る場面では縦に開き、パパが満月に到着すると、1枚の大きな大きなお月さまに開きます。美しい色彩と絵のみならず場面によってどんどん変わる絵本の動きに子どもたちも目が離せない様子。ちなみに、月はあまりに大きすぎて運べないので、パパは小さくなるまで待ってから、モニカの待つ家に持ち帰ります。モニカははねて踊って大はしゃぎ。でも、月は小さくなり続け、ある日消えてなくなってしまう。でも、ずっとじゃない…。細長い銀色の月が空に現れると、日ごとに大きくなってまた満月に戻るのです。科学的な側面と芸術作品としての側面を併せ持った傑作絵本ですね。

## LIFE通信 みんなでいっしょに共育ち

日に日に秋めいてくるここ数日。朝夕は本当に冷えますね。季節の変わり目、体調管理には十分お気をつけください。さて、10月のライフは以下のとおり。よろしくお祈りします。

### 今月のイベント

#### ■10月11日(火) 給食ランチ

時間：11:30～12:30

募集定員：親子7組（親のみの参加も可）

料金：大人250円 こども150円

（お釣りはありませんのでちょうどをお願いします。以下同）

メニュー：かき玉汁 大豆のかき揚げ  
春雨マヨサラダ フルーツヨーグルト

#### ■10月20日(木) 手作りおやつのお茶会

時間：15:00～16:00

募集定員：親子7組（親のみの参加も可）

料金：大人50円 こども50円

メニュー：イモモチ

ベビーマッサージ教室は、今年度より希望される方がいらっしゃれば随時行うことと致します。

ご希望の場合は多良第一保育園までお気軽にお問い合わせください。2回講座で会費は総額10000円（オイル代実費）です。

### 来月のイベント

#### ■11月8日給食ランチ

#### ■11月7日手作りおやつ

### その他のおしらせ

- ・24年度園児募集があります。詳しくは行事予定をご覧ください。
- ・11月開催の保育参観及び子育て講演会はオープン企画です。未就園児保護者の皆様も参加頂けますので、ぜひお越しください。
- ・ライフご利用の申込みは保育園で受け付けています。お申し込みお待ちしております。
- ・なんらかの事情でライフを利用しなくなった、あるいはお子様がすべて就学された方は、ライフのカードキーを保育園まで返却頂けますようお願いいたします。

材料はすべて4人分

### ★かき玉汁

#### 材料

- ・卵80g
- ・醤油
- ・小松菜50g
- ・塩
- ・ダシ
- ・片栗粉

#### Recipe

- ① ダシ汁を煮たてる。
- ② 塩と醤油で味を調えて、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③ 小松菜を2センチ程度にカットして軽く茹でたものを汁に加える。
- ④ 溶き卵を回し入れてできあがり。

#### アドバイス

卵を入れたら絶対にかきませないこと!

### ★大豆のかき揚げ

#### 材料

- ・大豆(水煮缶使用)70g
- ・ピーマン30g
- ・タマネギ70g
- ・エビ50g
- ・ニンジン30g

#### Recipe

- ① エビを水洗いし、酒を振りかける。
- ② 野菜を千切りにする。
- ③ 水、小麦粉、卵で衣を作る。
- ④ エビ、大豆、野菜、少量の塩を加え、衣をざっくり絡ませてから170~180度程度の油で揚げる。
- ⑤ つけダシを添えてできあがり。

#### アドバイス

かき揚げは油を吸いやすいので、衣に使う水はしっかり冷やし、混ぜ過ぎに注意してカラッと揚げましょう。

### ★春雨マヨサラダ

#### 材料

- ・春雨30g
- ・ハム20g
- ・リンゴ80g
- ・塩
- ・ニンジン20g
- ・キュウリ80g
- ・マヨネーズ

#### Recipe

- ① 春雨をお湯で戻し、適当な長さで切る。
- ② ニンジンを千切りにし、下ゆでする。
- ③ ハムとキュウリを熱湯に通し、千切りにする。
- ④ リンゴを千切りにする。
- ⑤ それらをマヨネーズで和えて、塩で味を整えたらできあがり。

#### アドバイス

湯通しをすると具材がまとまりやすくなっておいしいです。  
火の通り過ぎには注意を。



## かんたんおやつレシピ

材料はすべて4人分

### ★イモモチ

#### 材料

- ・ジャガイモ264g
- ・上新粉24g
- ・青のり
- ・塩1.6g
- ・醤油

#### Recipe

- ① ジャガイモを茹でて、裏ごしにして適量の塩を加える。
- ② 上新粉を混ぜる。
- ③ 形を整えて、フライパンに油をしいて焼く。
- ④ 表面がこんがりときつネ色になったら、醤油を塗り、青のりをふりかけてできあがり。

上新粉は入れすぎるともったりしてしまいますので、量を加減してください。





# 今月のメニュー



| 献立  |   | 手作りおやつ                               |            |
|-----|---|--------------------------------------|------------|
| 1日  | 土 | パン 牛乳                                |            |
| 2日  | 日 | お休み                                  |            |
| 3日  | 月 | 納豆と野菜の味噌汁 ナスの挽肉あんかけ キュウリの昆布和え パイナップル |            |
| 4日  | 火 | 豆腐の味噌汁 メルルーサの香り揚げ ブロッコリーごま酢          | イチゴジャムパン   |
| 5日  | 水 | 中華スープ 麻婆豆腐 春雨と炒り卵のサラダ                |            |
| 6日  | 木 | 味噌汁 豚肉ショウガ焼き 大根とツナの和えもの              | 玄米フレークスナック |
| 7日  | 金 | 味噌汁 レバー甘辛煮 キャベツ磯和え 煮リンゴ              |            |
| 8日  | 土 | パン 牛乳                                |            |
| 9日  | 日 | お休み                                  |            |
| 10日 | 月 | お休み                                  |            |
| 11日 | 火 | かき玉汁 大豆のかき揚げ 春雨マヨサラダ フルーツヨーグルト       | きなこおはぎ     |
| 12日 | 水 | 青菜と豆腐のチャンプルー ブロッコリーサラダ 味噌汁           |            |
| 13日 | 木 | 松風焼き 味噌汁 切干大根とひじき                    | サンドクラッカー   |
| 14日 | 金 | 白菜豆乳スープ レバーコロケ 千切り野菜 トマト             |            |
| 15日 | 土 | パン 牛乳                                |            |
| 16日 | 日 | お休み                                  |            |
| 17日 | 月 | 納豆と野菜の味噌汁 ナスの挽肉あんかけ キュウリの昆布和え パイナップル |            |
| 18日 | 火 | 豆腐の味噌汁 メルルーサの香り揚げ ブロッコリーごま酢          | ホットケーキ     |
| 19日 | 水 | 中華スープ 麻婆豆腐 春雨と炒り卵のサラダ                |            |
| 20日 | 木 | 味噌汁 豚肉ショウガ焼き 大根とツナの和えもの              | イモモチ       |
| 21日 | 金 | 味噌汁 レバー甘辛煮 キャベツ磯和え 煮リンゴ              |            |
| 22日 | 土 | パン 牛乳                                |            |
| 23日 | 日 | お休み                                  |            |
| 24日 | 月 | 鶏の揚げ煮 小松菜ピーナッツ 味噌汁 パイナップル            |            |
| 25日 | 火 | かき玉汁 大豆のかき揚げ 春雨マヨサラダ フルーツヨーグルト       | 白玉きなこ      |
| 26日 | 水 | 豆腐と青菜のチャンプルー ブロッコリーサラダ 味噌汁           |            |
| 27日 | 木 | 松風焼き 味噌汁 切干大根とひじき                    |            |
| 28日 | 金 | 白菜豆乳スープ レバーコロケ 千切り野菜 トマト             |            |
| 29日 | 土 | パン 牛乳                                |            |
| 30日 | 日 | お休み                                  |            |
| 31日 | 月 | 豚汁 かじき煮付け ホウレンソウとエノキのおひたし            |            |

社会福祉法人堂角舎 多良第一保育園・TD1-LIFE

〒503-1621 岐阜県大垣市上石津町下多良694-2 TEL:0584-45-2040 FAX:0584-45-3595  
URL <http://j-c.cc/>

