



第一

# レインボー保育園だより

社会福祉法人 レインボー保育園  
〒245-0053 横浜市戸塚区上矢部町2030-4  
TEL. 045-811-3328 FAX. 045-811-2730

第 505 号  
平成29年10月

## 豊かな情操を養い、自然の摂理を尊重させる

※自然に親しみ、その豊かさを感じましょう

赤い羽根

### 微笑ましいかわり

主任保育士 瀧川 久子

現在、夕方の延長保育を利用している子ども達がおひさま1歳児から年長まで8名います。合同でおやつを食べ最後の19時半のお迎えまで遊んで過ごしていますが、子ども達のかかわりがとても微笑ましいのです。普段は自分が一番でなければ嫌な年長さん達が、一番に小さい子の面倒をみているのです。「〇〇ちゃん！手を洗ってあげようか」「いす出してあげるよ」「お菓子の袋開けられないからやってあげるよ」と、次々にやさしい声かけと一緒に手とり足とりお世話している姿をみます。また、小さい子達も「ねえやって！」と出来る事も甘えて頼りきっている姿をみると、クスッ！と笑ってしまいますが、この関係がやさしさを自然に育てていると感じる瞬間でもあります。

大家族でいた頃は自然に身につけていたお世話したりされたり、もめたり許したり…という経験が希薄になった今、保育園という場所で経験する事が出来るのです。教えなくても自ら自分より弱者をやさしく見守ったり、逆に頼られる嬉しさを感じたりと心の体験です。保育園の役割の大きさに、この子ども達をみながら教えられている今日今頃です。

### 連絡事項

- 運動会に際し、多くの方々にご支援ご芳志を賜りました。有難うございます。役員様始め皆様、卒園生、地域の皆様のお蔭をもちまして楽しく子ども達の素晴らしい演技や頑張りの姿に感動しました。

- 10月上旬より長袖スモックに衣替えします。



### 今月の目標

秋も肌で感じるようになり、子ども達も“せみの抜け殻”から“どんぐり”と木の実へ変わり、秋の訪れを散歩で感じているようです。自然の移り変わりを今月はいっぱい楽しみ、遊びが発展するよう保育も工夫していきます。

### 10月の保育予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	衣替え (調整期間)				体育指導	
8	9	10	11	12	13	14
	祝・体育の日		防犯訓練	お話し	体育指導	
15	16	17	18	19	20	21
	保育参加(幼)→/20	造形指導(くま) ランチ交流		誕生会	体育指導 身体測定	
22	23	24	25	26	27	28
		造形指導(くま)	避難訓練	離乳食講座 (のびのび)	体育指導	
29	30	31				
		交通安全教室				

## もりのへやのおともだち

運動会へむけ、くまグループが初めて他のグループの前で鼓隊の練習をした日のこと…。

「私も、僕もやってみたい！」と聞こえてきそうな、キラキラした目でみつめる、りすさんとうさぎさんの姿がありました。

鼓隊の練習は、繰り返しの練習になるので、その中で嫌だったり辛かったりした事もあったと思います。でも、自分がうさぎグループだった時に、次は自分が！と憧れてきた分こんなにもがんばることができたのだと思います。練習を終え、「すごい」「カッコイイ」と言われることで自信につながり、更にはがんばろうという力になっているようです。

運動会で、共感すること、褒めることの大切さを再確認できました。今のグループでの生活も残り半年となりましたが、子ども達が何事にも自信を持って取り組んでいけるような保育を心掛けていきたいです。

平松 直子



## おひさまのへやのおともだち

先日は、お忙しい中保育参加にお越し頂きありがとうございました。保育園では、日中どのような活動をしているのか、いつもと変わらない姿や頑張っている姿、甘えてしまう姿と色々な姿の子ども達を見て頂くことが出来ました。

私達保育士も保護者の方とお話が出来、貴重な時間がとれました。今後の園生活が、さらに充実したものとなるように努めていきたいと思えます。

さて、まだ暑い日が続いていますが、これからの時期はお散歩日和！子ども達の大好きなドングリや落ち葉・トンボ・コオロギetc…たくさん見つけることが出来ますよ！秋の自然探しにたくさん出かけて行きたいと思えます。

今月より衣替えになり、冬スモックとなります。スモックの下は、半袖で大丈夫です。涼しい時は、上着で調節出来るようにしましょう。名札も付けて下さい。よろしくお願い致します。

斎藤 千穂



## 「絵本の読み聞かせ」でリセットタイムを!

毎日の子育てで、「～しなさい」「早くして」など、子どもに指示、命令する言葉や、せかさ言葉が多くなってしまふのは、どこの家庭でもあることですが、一日の終わりに、それらをリセットできる時間があります。それは、「絵本の読み聞かせ」の時間です。

「どの本がいい?」「これ!」と、絵本を選ぶところからリセットタイムが始まります。時には一緒に布団の中で、ある時には膝の上での読み聞かせ。子どもの問いかけに答えることもあふでしょう。どんな場面でも、子どもに絵本を読んでいる時のお父さん、お母さんは、おだやかで優しい表情です。聞いている子どもも、ゆったりと落ちついてとても嬉しそうです。

一日の生活の喧騒を忘れさせてくれる「絵本の読み聞かせ」。秋の夜長に、家事の手をちょっと休めて、リセットタイムしてみたいかがでしょう。

おススメです。

篠塚 弘子



## ～レインボー保育園の給食～

### ～食物繊維を取ろう～

秋に収穫される小豆などの豆類や、ごぼうなどの根菜類、いも類、きのこ類は食物繊維が豊富です。お通じをよくするほか、腸の善玉菌を増やして腸内環境を整える働きがあります。おなかの調子を整えるためにも、食物繊維が豊富な食材が揃うこの時期に、積極的に献立に取り入れましょう。

### ～体を動かしていますか?～

秋は体を動かすにも気持ちいい季節です。体を動かすためにはエネルギーが必要です。朝食にはエネルギー源となる炭水化物、筋肉や血液をつくるたんぱく質をしっかりとるようにしましょう。体を動かす1～2時間ほど前に食べる場合は、おにぎりやバナナなど消化のよいものが適しています。油は消化に時間がかかります。普段から健康を保つためには、栄養バランスのとれた食事を1日3回食べ、睡眠を十分に取ることが大切です。

栗山 梨紗