



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 506 号  
平成29年11月

## 忍耐力を養い、人生航路に備える

※時がまんすることを教えましょう



### 子どもの成長

川口美穂

運動会も終わり、晴れた日には外あそびを思いっきり楽しむ子ども達です。一緒に遊んでいると、この前できなかった事が今日はできた!こうすればできるかな? etc...様々な発見があります。日々の成長を間近で見て、喜びや楽しみを共感していく事...この仕事の楽しみの一つだと思っています。

仕事から離れれば私も子どもを持つ母なのですが、休みの日に一緒に過ごす時、あれ?こんな事できたんだ...逆にこれは難しいんだ...など発見があり、同時にいつの間に?と思う事もしばしば...。休みはつい自分の用事を優先してしまいがちですが、子どもの成長はあっという間。一緒に時間を大切にしていきたいなと思いました。遠くに出掛けなくても、ちょっと手をつないで散歩してみる、近くの公園で遊んでみる、大人の用事ばかりに付き合わせるのではなく、子どもが楽しいと思える事を一緒に楽しむのも大事なことですよね。

外あそびには気持ちのよい季節となりました。是非お子さんと一緒に遊び、色んな発見をしてみてくださいね。

### 連絡事項

- 寒さに向かい、インフルエンザ・胃腸炎等感染性疾患が心配されます。十分な睡眠やバランス考慮した食事等ご留意ください。抵抗力の小さい子の集団です。予防接種、早目の受診などうつさない、うつらない体調管理をお願いします。



- 造形展について  
12月2日(土) 午前9時~11時30分  
園児の作品、共同製作、造形あそび、父母会コーナー、給食コーナーを予定しています。お子様の成長を感じるとともに、ひととき一緒に活動をお楽しみください。



### 今月の目標

先月の後半は、雨が多く戸外で思いきり遊べず、秋を楽しむことが少なかったですが、今月は寒さを吹きとばして思いきり戸外で遊び、造形展に向けての製作活動も楽しみたいと思っています。

### 11月の保育予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 役員実行委員会	2 くすのき交流(くま) 職業体験(領家中)	3 祝・文化の日	4
5 集会	6 造形指導(くま) 尿検査(うさぎ)	7 お弁当の日	8 焼き芋パーティー	9 体育指導 職業体験(名瀬中)	10	11
12 保育参加(幼)→/17	13 交通安全教室	14 避難訓練 役員会	15 誕生会	16 体育指導	17	18
19 お話し会 身体測定	20 造形指導(くま)	21 のび交流	22 祝・勤労感謝の日	23 体育指導	24	25
26 集会	27 造形指導(くま)	28	29	30		

## もりのへやのおともだち

先月前半は陽気も良く、秋晴れのなか3グループ一緒に散歩に出掛け戸外あそびを沢山楽しむことが出来ました。りすさんもくまさんと手を繋ぎ、片道30分程の距離のある公園へ遊びに行ってきましたよ。公園ではどんぐり拾い、固定遊具などそれぞれ好きな遊びを楽しんでいます。

くまさんがりす・うさぎさんのブランコを押してあげたり、3グループ合同チームでリレーを楽しんだりと異年齢児と一緒に遊ぶ姿が多く見られるようになりましたよ。くまさんに憧れて真似をしようとするりす・うさぎさんの隣で、教えてあげたり手伝ってあげるくまさんの姿も見られ、素敵な関わり合いが生まれています。

遊びを通して生まれる姿を大切に見守りながら、今月はさらに戸外で身体を動かし、寒さに負けない身体作りをしていきたいとおもいます。

深谷 友紀子



## おひさまのへやのおともだち

先日の運動会では沢山のご参加・ご協力ありがとうございました。普段の保育で楽しんでいることを、親子競技として行うことが出来ました。運動会を終えて、ひと回り大きくなった子ども達。今、各グループで挑戦していることを紹介します。

ことりグループ…スプーン・フォークを下から持つ。脱いだ服をたたむ。

おひさま1歳児…ズボンに足を入れて持ち上げる。スモックを脱ぐ・着る。

おひさま0歳児…おはじまりやおかえりに参加して歌を歌ったり絵本を見たりする。

それぞれの年齢によって挑戦していることは違いますが、丁寧に方法を伝えながら取り組んでいますよ。保育園だけで身につけていくことではありませんので、ご家庭でも挑戦してみてくださいね！

これから寒い日も増えてきます。フードのないベスト（袖なし）を戸外遊びで着用しますので、ご用意をお願いします。

名児耶 奈々

## 保育園であ・そ・ほ!!

“親子で楽しく”をモットーにしている**のびのびひろば**には、今年度も多くの方々のご参加下さっています。プール遊びや新聞遊びでは、たくさん笑顔が見られましたよ。今後も楽しい予定がいっぱいです。ぜひ遊びに来て下さい。皆様のご参加お待ちしております。（※印以外 **要予約**）

- 11/22 (水) 園児と遊ぼう（オータムリング作り）
- ※12/2 (土) 造形展で遊ぼう（9:00～11:30）
- 12/5 (火) ランチ交流（有料 11:20～12:20）
- 1/13 (土) 園児と遊ぼう（お正月遊び）
- 1/16 (火) のびのびコンサート（有料）
- 2/1 (木) 豆まきをしよう！（9:40～10:40）
- 3/6 (火) ランチ交流（有料 11:20～12:20）

〈時間〉10:00～11:00 〈場所〉保育園

〈予約〉2週間前から受付（月～金9:00～17:00）

☎811-3328 ご予約お待ちしております。

☆わくわくひろば（園庭開放）は11/27～3/16の冬期は、屋上園庭で行います。（この期間は雨、雪、強風など荒天時はお休みです。）

篠塚 弘子

## ～レインボー保育園の給食～

### ～調理の豆知識～

#### 長ねぎで肉・魚の臭み消し

冬が旬の長ねぎには、玉ねぎやにんにくと同じ香りの成分である硫化アリルが含まれています。硫化アリルには肉や魚の臭いを消す働きがあり、肉料理では煮豚やすき焼きのほか、ぎょうざやしゅうまいなどに使われ、魚料理ではアジやイワシなどの生魚を包丁でたたいて「たたき」やスープ類などに活用されています。残った長ねぎもじょうずに活用しましょう。

### ～旬の食材～

#### ほうれんそう



カロテンやビタミンC、鉄分などの栄養豊富な緑黄色野菜として年中親しまれていますが、これから寒くなり霜にあたる時期になると甘みがまして一番おいしい季節となります。あくが強いので、ゆでたら水にさらしますが、ゆですぎるとビタミンCが損なわれてしまうので注意しましょう。肉類と一緒に食べると、カロテンや鉄分の吸収がよくなります。

栗山 梨紗