



## 園便り 神無月

平成28年10月1日  
こころの保育園文京西片

こころの保育園の幼児クラスでは、食事～午睡～おやつの時間帯は、3・4・5歳児でそれぞれ2～3人ずつ、計7～8人の異年齢の小さいグループを作り、過ごしています（午前中の活動は、年齢別が基本です。散歩の時は異なる年齢同士で行くことが多くなります）。日常的に異年齢と一緒に過ごすので、子ども同士の関わりはクラスの壁、年齢の壁を越え、子どもたちは自分の興味のある遊びを見つけて過ごします。先月、4歳児さんが保育室で楽器を鳴らし始めた時のことです。興味を持った数名の3歳児さんが集まってきて、4歳児さんたちの隣に行儀よく座りました。じっと座って自分たちも楽器を触りたいと言うわけでもなく、ふざけて楽器を触ろうとするわけでもなく、4歳児さんが楽器を鳴らしている姿を見つめていました。大人が3歳児さんに行儀などを注意した訳ではなかったのですが、3歳児さんは3歳児さんで、4歳児さんの真剣な様子から邪魔をしてはいけないことを察したのでしょうか、4歳児さんも3歳児さんがいても邪魔をする訳ではないので、一緒にいることを受け入れていたのだと思います。異年齢で遊ぶ時にはできるだけ年齢の壁は低くして、子ども達が行き来しやすいようにしていますが、でもその壁が完全になくなるということではないのだと思います。異年齢と一緒に遊ぶけれども、時には全く同じことができるわけではないということ小さい子は覚え、大きい子も自分達で遊びたい時に小さい子が入ってきても、邪魔をしなければ受け入れるという経験を積んで、大きい子も小さい子もお互いの様子から察してマナーを守るという経験を積むことは、子どもたちの育ちに大切だと思います。幼児期の特に4・5歳の頃に、数量や形では表せない社会性をいかに身につけるかが、将来的に職業の選択や安定した生活を送ることに大きく影響することが、最近の追跡調査で明らかになってきているそうです。

さりげない関わり方もかもしれませんが、だからこそ、その場限りではなく、日常的にあることを見過ごさずにそうした場面にたくさん気づき、子どもの行いを認めていくことが、私たち大人の役割と言えます。これからも日々の生活の中で、年齢の違う子ども同士の関わり合いが大切にされるようにしていきたいと思います。

さて、今月15日（土）はいよいよ運動会です。是非子どもたちが張り切って各競技に取り組んでいる姿をご覧ください。皆様のお越しをお待ちしています。

宮島 洋

### 10月の予定

- 10月 5日（水）1歳児健診
  - 10月11日（火）身体重測定
  - 10月15日（土）運動会（於：誠之小学校 9：30～12：00）
  - 10月27日（木）1・2・3歳児クラスお弁当の日
- ※今年度の4・5歳児クラスの芋堀遠足は11月2日（水）です。



### 保育士体験について

保育士体験は随時受け付けています（特に幼児クラスは運動会等予定もありますので、予め希望の日をお知らせ頂き、調整後実施となります）。9月は5名の方の申込みがありました。10月は現在2名の方が申し込みをされています。

## 11月の予定



11月 1日(火) 避難訓練(9:45~10:15)

11月 2日(水) 4・5歳児クラス芋堀遠足

(9:30出発 13:30帰着予定 雨天時:しながわ水族館)

秋季健康診断(15:15~16:30 全てのクラスが対象です)

※お迎えが16:30までになる方は、予めお知らせください。

11月11日(火) 身体重測定

### 10月26日(水) 今月の地域活動プログラム

今月は「0・1歳の集い」です。保育園に通っていない赤ちゃんとその保護者の方に来ていただき、子育てについて懇談する予定です。在園の方も是非ご参加下さい。

時間 10:00~11:00

場所 総合体育館



## ほけんだより

金木犀の香りと共に、秋の気配が訪れてきました。この季節の変わり目は、気温の寒暖差が激しく体調を崩しやすい時期です。ご飯も美味しい季節なので、たっぷり栄養と睡眠をとって、元気に過ごしていけるといいですね(佐藤衣里)

睡眠、栄養もちろんですが、この時期から薄着で過ごすると冷たい外気が自律神経などを刺激して神経系全体が活発に動くようになります。子どもは大人より寒さに強いものです。朝晩の涼しい時間帯は上着で調節していくといいでしょう。

はしかが  
はやっています!

かぜのような症状から始まり、2~3日高熱が続きます。熱はいったん下がりますが、再び40℃前後まで熱が上がり始めると、全身に発しんがでます。「はしかかな?」と思ったら、早めに医師の診断を受けましょう。予防接種を受けるのが最も効果的です。生後1年から接種可能なので、積極的に受けるようにしましょう。



予防接種は1歳過ぎに1回、就学前の1年間に1回受けるのが基本です。

### 栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

#### かぜの初期に ネギみそ湯

みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

#### 吐き気止めには ショウガ汁

おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

#### 体の調子を整える 里野菜類

野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい! 積極的にとりましょう。

#### ビタミンC

不足するとかぜをひきやすい  
キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど



#### ビタミンA、カロテン

粘膜を強くする  
ホウレンソウ、ニンジン、ニラなど



今、ニュースでもはしかの流行が取り上げられています。はしかは、感染症の中でも重いものの一つで、大人がかかると更に重症化します。抵抗力も落ちるので、肺炎などの合併症を起こす場合もあります。麻疹ウイルスは、接触、飛沫、空気、のいずれの感染経路でも感染し、非常に感染力が強いウイルスです。このため、マスクの着用・うがい・手洗いなどでは、防ぎることができません。唯一の予防方法はワクチン接種となり、MRを2度接種することが感染予防につながるそうです。