

令和2年度 園だより

こうきた 9月号

杉並区立高円寺北子供園



短い夏休みを終えて・・・

園長 高橋 章子

今年の2学期は、少し早めのスタートとなりました。

夏季休業中も、新型コロナウイルス感染症の話題は毎日ニュースで流れ、心配な日々でした。

短い1学期の生活で、行事の中止やマスクによる感情表現の難しさなど、感染症の影響による課題は多かったものの、子どもたちの生活が寂しいかと思いきや、決してそうではありませんでした。たっぷりと時間を使い、自分のやりたい遊びや活動で、存分に力を出したり工夫したりしながら取り組む年長の姿や、先生と一緒に覚えてたの遊びを繰り返し満足するまで楽しむ年少の姿がありました。特に、これまで小学校2年生に教わっていた年長のザリガニ釣りは、自分たちで試行錯誤しながら繰り返し遊んでいました。行事が少なくなることは、確かにそのための経験が少なくなってしまうリスクもありますが、じっくりと一つのことに取り組む時間を保障することでもありました。どこにザリガニはいるのか、どうしたら釣れるのか、何に気を付けると釣れるのか、そのために何を用意するのか、どんなことが自分の力でできると面白くなるのか、子どもたちは自分たちでその知恵や技能を獲得しなくてはなりません。これぞ、子供園が大事にしたいと考える「遊びや経験からの学び」です。今後、子どもたちがどのような遊びを発見し、そこでどのような体験をしているのか楽しみます。

さて2学期は、この新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐべく、1学期と同様に園行事や活動の見直しを図りながら進めて参ります。

その一つである運動会については、子どもたちの運動について改めて職員で見直す機会になりました。今回は、子どもたちが運動するうえでいつも大切にしてきたこと、獲得して欲しいことなどを保護者の皆さんも一緒に見ていただきながら理解して応援していただけるような場にしたいと思えます。さらに、運動する面白さや気持ちよさ、大切さも保護者の皆さんに実感していただけるように工夫していこうと思えます。

他にも、様々な行事や活動について、改めてその大切さや子どもたちにとっての意味を見直しながら取り組み方を考えていきます。

今学期もどうぞご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。



《9月の保育》

★年少組

久しぶりの登園となり、ワクワクしている幼児や少し緊張している幼児など、色々な姿が見られると思います。それぞれの気持ちを丁寧に受け止め、1学期に慣れ親しんだ場や遊具で、友達や保育者と触れ合い、好きな遊びを十分に楽しみながら、園生活のリズムを整えていきます。

まだ暑さの残る季節です。色水遊びなどの水を使った遊びをしたり、シャワーで汗を流したりして気持ちよさを感じながら遊べるようにしていきます。

体育館や園庭では、走る、ジャンプする、バランスをとるなどの色々な動きをしたりみんなで体操をしたりして、思い切り体を動かすことの楽しさを感じられるようにしていきます。

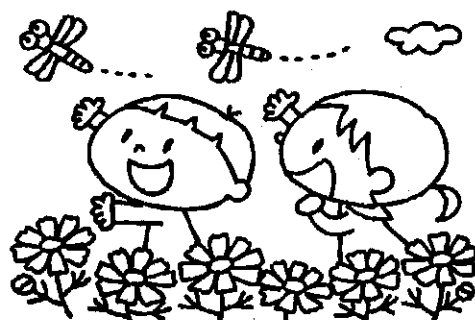


★年長組

いよいよ2学期が始まります。まだしばらく暑さが続くことが予想されます。9月上旬までは、水遊びや色水作りなど、水の性質を使った遊びをたっぷり楽しめるようにしていきます。

また、自分の思いや考えを友達に伝えたり、相手の話を聞いたり受け止めたりしながら、遊びや生活を進めていく楽しさを味わえるようにしていきます。

いろいろな体の動きを経験し、思い切り体を動かす心地よさを感じながら、一人一人が自分なりのめあてをもち、力を発揮できるようにしていきます。またその中で、友達と気持ちを合わせる楽しさも感じられるようにしていきます。



もりもり週間 9月7日(月)～9月11日(金)

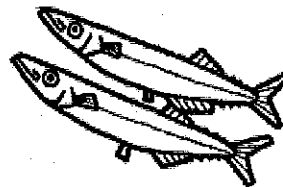
秋のサンマは、産卵をひかえているため、脂ののりが良くなります。したがって旬は秋です。サンマのたんぱく質は非常に良質で、牛肉にも匹敵するほどの栄養価を持っています。たんぱく質が不足すると頑張りがきかなくなり、体力やスタミナがなくなったり、疲れやすくなったりします。

サンマの脂には、IPA(イコサペンタエン酸)とDHA(ドコサヘキサエン酸)がたくさん含まれています。IPAは、体内ではつくることのできない脂肪酸ですから、食材から摂らなければなりません。血液中の中性脂肪を減らし、血管を拡張し、動脈硬化や心筋梗塞の予防をします。DHAも悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やしたり、血小板の凝集を抑制したりするので、生活習慣病を予防します。さらにDHAは、脳細胞を活性化させるので、高齢者には認知症予防に、子どもには学習能力の向上に、役立つのではないかとされています。

サンマは、ビタミン(D、E、B₁₂、ナイアシン)も多く含んでいます。Dには、カルシウムの吸収を助け血中濃度を一定に保ち、骨や歯への沈着を促し筋力の機能をよくする働きもあります。

＜簡単人気メニュー＞

- *サンマの塩焼き
- *サンマの生姜煮
- *サンマの蒲焼き



栄養豊富なサンマを食事に取り入れ、家族みんなで元気に残暑を乗り切りましょう！



自然園ニュース

旧杉並第四小学校から受け継いだ自然園では、暑い夏の間にはサツマイモ、ヒマワリ、カボチャが、すくすくと育っています。

1学期に、年長組が、水やりや雑草取りをしてお世話をしたときより、ぐん！と大きくなりました。子どもたちは、その生長にびっくりすることでしょう。

夏季休業中は、子どもたちの代わりに先生たちが手入れをしてきました。植物たちは、子どもたちが来ることを、まだかな?!と待ち構えていたようです。夏の暑さに負けずに日々、元気につるを伸ばしたり、お日様のほうを向いて花を咲かせたりしていたのです。

特に、ヒマワリは、今花盛りです。年長組が丁寧に植えたかわいいヒマワリの苗は、大人の背丈ほども生長し、見事にたくさん咲きました。

2学期を迎えた子どもたちは、ヒマワリ畑の中を歩いたり、種取りをしたりして、自然の感触を楽しみます。

