

# ほしぐみだより

令和3年 9月30日発行 まことさつなえ保育園

## 10月のねらい

- ・自分の身のまわりのことを自分でやってみようとする。
- ・身近な秋の自然に触れる。

陽ざしにはまだ夏の名残もありますが、日の長さも随分と短くなってきました。夏の名残を感じながらも、秋の訪れによる変化を楽しんでいる子どもたち。新年度に入ってから半分近くが過ぎ、あっという間に9月終わりを迎えようとしています。こんがりと焼けた子どもたちの顔を見ると、夏の思い出と共に、なんだか一回り大きくなったような、たくましくなったように感じます。季節はもうすっかり秋ですね🍁



## 9月のSDGs



目標5「ジェンダー平等を実現しよう」では、スポーツを通してジェンダーに対して意識改革を進めていくこともひとつのSDGsとして紹介されています👉

先月、園だよりでも紹介がありましたが、オリンピックが終わり、まこりんピックの開催準備をしているまことさつなえ保育園。子どもたちに少しずつ多種・多様性を感じてもらうために、大人の私たちが先陣を切って少しずつでも意識の改革をしていけるように…と今月の目標に選びました。

色を選ぶときは、子どもたちが自分で好きな色を選べるように様々な色を提供したり、「女の子(男の子)らしいね」などの声掛けをしないようにしたり…。

「女の子だから」「男の子だから」の先入観が少しでも無くなり、自分を大切に生きていける世の中になると良いですよ🌈

まこりんピック HIGASHINAEBO 2020 開催!!



開催も検討していたまこりんピックでしたが、緊急事態宣言の終わりも見え、どうにか子どもたちに思い出を…経験を…と、感染対策を考慮した上で行う事となったまこりんピック。10月上旬には登園してきた日に合わせて順番に撮影を行う予定です📷

ほし組さんの子どもたちは日本のぜっけんを背負って競技に挑戦しますよ!!



遊びの中で触れてきた「よういどん」の運動遊び👉

「じぶんで」の気持ちを大切に…❤️ 「スモールステップってなあに？」

スモールステップ…小さな成功体験を積み重ねて、少しずつ目標に近づいていこう、そのために課題を小さくしていこうという考え方です。

ごはんを全部食べてほしい…スプーンを持って自分で食べてほしい…

ズボンを自分で履いてほしい…などなど、1度子どもができる姿を見ると、

この前はできたのに…と思ってはいませんか? 😞👉

つついそんな気持ちになってしまうこともあるかと思いますが、子どもは1度できればできるのではなく、習得を繰り返していくものです。

(苦手なものを一口でも食べたら褒める)(量を減らして完食できたら褒める)(スプーンを持った時に褒める)(ズボンをあげようとした時に褒める)

何度でも、褒めて、認めて、子どもたちの自己肯定感を高めていきましょう👉🌟

褒めるチャンスを探し、褒められた私たち自身もぜひ褒めて認めあっていきましょうね😊

「自己肯定感」については次号で触れていきたいと思います📖🍁

ぜひチェックしてみてくださいね👀🔍



## 絵本の紹介

「くるりんぱく」 あずみ虫 さく



「じゅうじゅうじゅう」の作者、あずみ虫さんの新作です

ごはんをのりで「くるりん」と巻いたら、子どもが「ぱく」。ソーセージをパンで「くるりん」と巻いたら、犬が「ぱく」。他にも、ネズミはトマトをチーズで巻いて、カバはニンジンを持たして巻いて食べます。最後はみんなで「くるりんぱく」。いろんな食材を巻いて食べる様子が楽しい、巻く面白さと食べる喜びが味わえる絵本になっています。子どもたちは毎日、この絵本に触れることでお気に入り♪（嬉しいなあ…これは食育のチャンス！）と思い、環境の工夫を行いました。

フェルトの動物たちを壁に招待して、具材を用意…。

いつでも遊びの中で実践できるようにしてみました。



こんな風に絵本を読んで、その世界に入り込みながら遊んで…と絵本（ファンタジー）の世界を歩き来することで心を開放していきます。

絵本を楽しんで、その世界に入って遊んだ後は本物に触れてみる！？

実際に本物をみんなに見てほしい…食べてみてほしい…

栄養士のゆかさんと話を進めています。

取り組みはInstagramに載せる予定ですのでぜひチェックしてみてください。

ぜひご家庭でも、一読したあとに一緒に作って食べてみてください。

## たべてまなぶ

食育・・・「生活の基礎づくりに役立つ、基本的な食事を学ぶ教育」

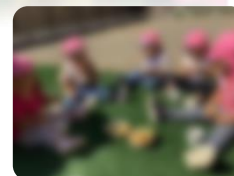
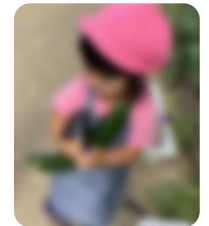
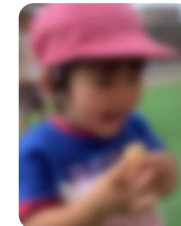
### 食育のメリット

- 健康的な暮らしができること
- 精神面が安定すること（楽しい食事が大切です）
- 栄養バランスの優れた食事を十分にとり、脳や筋肉の働きを良くして学力と体力向上が期待できること
- 食事のマナーを身につけられること（スモールステップの積み重ねを）

ほし組さんでは、7月号のSDGsでも記載したように、食べる意欲を持ってもらうことを目標にしています。

食事は、栄養の観点だけでなく、生活リズムの安定のためにも重要です。食べる意欲を持ってもらうために、子どもの好きな食材を多めに入れてみたり、一度に出す量を少なくしたりといった工夫をしてみるのも良いかもしれません。

### 園庭で収穫した野菜たち



野菜が苦手な子ども、自分から食べてみようとする姿を見ることができました。