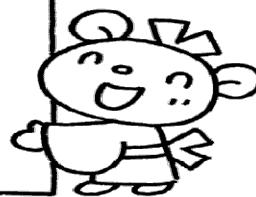




令和8年1月5日 1月 ちびっこ森通信

vol.104



☆★今月のテーマ★☆

- ・お正月遊びに興味を持ち、楽しむ
- ・生活リズムを整えながら、寒い冬を健康に過ごす



ひよこぐみ(0歳児)



新しい年が始まりました。年末年始の休み明け、生活リズムを整えながら過ごしていきたいと思います。毎日決まった活動として、出席シール貼りを行っています。高月齢の子は好きなシールを台紙から剥がして貼ることができるようになりました。低月齢の子は保育者と一緒に貼ってますが、貼ったシールの場所を指でポンポンと叩いて嬉しそうな姿を見せてくれます。一日に一枚では物足らないこともあります。そのままシール貼り遊びを行うこともあります。一つの活動に集中できる時間も長くなり、自由に貼ったり、剥がしたりする姿を見守っています。言葉への興味も広がってきてています。絵本の「おべんとうバス」が大好きで、読み聞かせの際には「はーい」とセリフを真似しながら、楽しそうに参加する子どもたちの姿が見られます。応答的なやりとりを増やし、人との関わりを楽しみ、気持ちを伝えようとする姿を育んでいきたいと思います。



うさぎぐみ(1歳児)



冷たく澄んだ空気が清々しい新年ですね。私たちも新たな気持ちでスタートしたいと思います。戸外遊びが大好きな1歳児は、散歩に行く際「えいえいおー」と片手を大きく挙げ、張り切って出発！地域の方に出会った時に笑顔で手を振る姿がよく見られるようになりました。歌を歌うことも大好きなので「さかみちへとんねるへ」と『さんぽ』の歌をみんなで口ずさみながら散歩を楽しんでいます。室内遊びでは、ひとつの玩具にじっくりと向き合い、以前よりも長い時間遊び込めるようになりました。ブロックを「どうぞ」と、お友だちに渡したり、人形を使ってごっこ遊びを楽しんだりするなど、子ども達同士で仲良く遊ぶ姿が増えています。これからも子ども達同士の関わりを見守りながら、みんなが安心して楽しく遊べる環境づくりをしていきたいと思います。



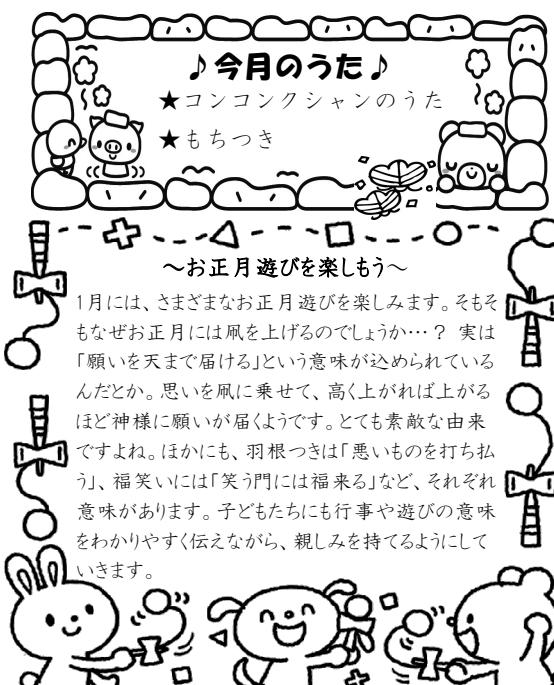
ぱんだぐみ(2歳児)



新年が始まり、今年度も残り3か月となりました。少しずつ大きくなっていく子どもたちの姿を、1日1日大切に見守っていきたいと思います。給食では、バナナやみかん、オレンジが皮付きで提供されるようになりました。最初はいつもと違うことに戸惑っていましたが、「ここからやるんよね？」と皮の剥き方をマスターしています。また、机上での箸遊びを通して箸への関心が膨らみ、食具を下持ちで持つ意識が高まっています。戸外に行く際、上着のボタンやファスナーを留めることに苦戦しながらも、自分でやりたいという子が多く、最後まで頑張ろうとする姿がよく見られるようになりました。脱いた後には畳むという習慣もついてきました。出来ることの領域が広がり、一つひとつの所作が一人前になってきているのもいい傾向と受け止めています。これからも「自分でできる」という意欲と、「できた」という成功体験をひとつでも多く積み重ねられるよう、サポートていきたいと思います。

～行事予定～

- ・保育始め…5日
- ・リトミック教室…13日
- ・身体測定…15日
- ・体操教室…16日
- ・誕生会…20日
- ・避難訓練…22日
- ・英語教室…27日



～お正月遊びを楽しもう～

1月には、さまざまなお正月遊びを楽しめます。そもそもなぜお正月には凧を上げるのでしょうか…？ 実は「願いを天まで届ける」という意味が込められているんだとか。思いを凧に乗せて、高々と上がれば上がるほど神様に願いが届くようです。とても素敵な由来ですね。ほかにも、羽根つきは「悪いものを打ち払う」、福笑いには「笑う門には福来る」など、それぞれ意味があります。子どもたちにも行事や遊びの意味をわかりやすく伝えながら、親しみを持つるようにしていきます。

給食だより
～七草粥を食べて元気に過ごしましょう～
明けましておめでとうございます。お正月はおせち料理やお雑煮などを食べて、新年を迎えた方もいらっしゃることでしょう。つい食べ過ぎて、胃腸に負担がかかっている方も多いかと思います。疲れた胃腸を休めるとともに、一年の無病息災を祈る料理が七草粥です。

七草粥に使われる春の七草は早春に芽吹く植物で、「生命力」や「新しい命の象徴」としても大切にされてきました。せり（免疫力を高める、血行を促進）、なすな（疲労回復）、ごぎょう（喉を癒す効果）、はこべら（整腸作用、歯茎を健康にする）、ほとけのざ（整腸作用）、すずな（消化を助ける）、すずしろ（解毒作用）の七種類です。七草粥を食べる1月7日は、五節句の一つで、「人を大切にする日」とされています。

栄養満点の七草粥ですが、苦手に感じる方も多いと思います。そこでおすすめなのが、少し味付けをすることです。保育園でもあまり人気が無かったのですが、鶏ガラスープの素で隠し味程度に味をつけるだけで、よく食べてくれるようになりました。

七草はスーパー・マーケットでも「七草セット」として販売されており、手軽にそろえることができます。ぜひご家庭でも七草粥を食べて、疲れた身体をリセットさせてください。