



ちよっと 一息

南大沢保育園 子育て情報誌

南大沢保育園

〒192-0364 八王子市南大沢 4-11

TEL042-675-6228

<http://www.minamiosawa-hoiku.com>

2023.4 発行

No.146

新年度がスタートしました。今年度も、年に4回、季節ごとに情報誌「ちよっと一息」を発行します。気になるテーマを見つけたらぜひ手に取っていただきね。また年に4回、子ども家庭支援センターで「1才児ママ集まれ」「2歳児ママ集まれ」の会に保育士が出張しますので、そちらの方にも遊びに行ってみてください。



「ちよっと一息」配布場所のお知らせ

地域子ども家庭支援センター南大沢
南大沢図書館
由木児童館 においてあります。

「ママ友のサークルで配りたい！」などのご希望があれば、南大沢保育園(042-675-6228)までお問い合わせくださいね。



～パートナー登録について～

園庭開放や出張保育などに参加していただいたお母さんたちにお声掛けしているものです。保育園と保護者の方がパートナーとなり、お子さんの成長過程を一緒に見守りたいと考えています。登録していただくと園行事の情報を個別にお送りすることもできます。希望者にはメール配信もいたします。

出張保育のご案内

1歳児、2歳児のお子様とその保護者の方を対象に、子ども家庭支援センターと協力して「1歳児ママ集まれ」「2歳児ママ集まれ」の会に、当園の保育士が出張します。一緒に手遊びをしたり、育児の相談に乗ったりします。

実施予定期間

2歳児ママ集まれ

7/10(月)、11/13(月)

1歳児ママ集まれ

5/15(月)、9/11(月)

※お申し込みお問い合わせは

子ども家庭支援センター南大沢
までお願いします。

南大沢保育園 園庭解放のお知らせ

小さなお子様とその保護者の方を対象に園庭解放を行います！
基本の日程は、毎月1回 10:30～12:00です。
広い園庭で楽しい時間を過ごしてくださいね。

実施予定日

4/18(火)、4/25(火)

5/16(火)、5/23(火)

6/8(木)、6/15(木)

※6月以降の園庭開放は未定です。

※事前の申し込みは必要ありません。お気軽にお越し下さい。

※雨天の場合は中止です。



※すべての企画は、園行事その他都合により変更、または中止になることがあります。



ちよっと一息

No.147

2023.7 発行

南大沢保育園

〒192-0364

八王子市南大沢 4-11

TEL.042-675-6228

<http://www.minamiosawa-hoiku.com>

おひさまがキラキラ輝く夏本番！水遊びの楽しい季節がやってきました。水分補給をこまめにしたり、木陰の涼しい場所で遊んだりして、体調に配慮して過ごしましょう。

今月は「水遊びって楽しいね！」をテーマに、安全に楽しく遊ぶためのポイントや、遊びのアイデアをお知らせします。



《 安全に水遊びをするポイント 》



- ・お座りがしっかりできない場合は、大人がしっかり支える。
- ・体調の良いときに水遊びをする。
- ・水遊びは 30 分程度。前後には水分補給をする。

⚠ 見守る時の「ながら見」は危険です！

洗濯、掃除、電話など、ちょっと目を離した隙にあっという間に溺れてしまいます。お子さんからは絶対に目を離さないようにしてください。

☆保育園ではこんな風に遊んでいます☆

0.1.2 歳児 → たらいに溜めたぬるま湯で水面をパシャパシャ叩いたり、じょうろやカップですくって流したり。感触を楽しみます！

3.4.5 歳児 → 大きなプールに入ります。水の中の宝探しゲームをしたり、みんなで協力して流れるプールを作ったりします。

《 こんな遊びも楽しいよ！ 》

☆牛乳パックを使った金魚すくい☆

使うもの

- ・洗って乾かした牛乳パック
- ・きれいに洗った食品トレー
- ・ハサミ
- ・油性ペン
- ・ビニールテープ
- ・フォーク

作り方

お魚

①牛乳パックを開いて口と底の部分を取り除き、折り線に沿って4つに切る。

②4 つに分けた牛乳パックに油性ペンで絵を描く

③描いた絵をハサミで切り抜く

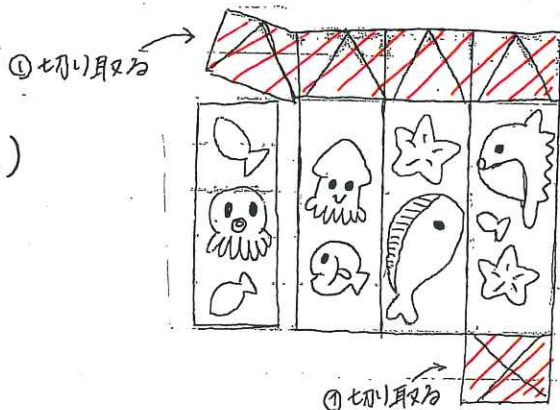
ポイ

①食品トレーにポイの絵を描き、切り抜く

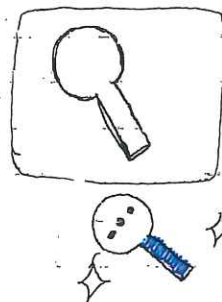
②柄の部分にビニールテープを巻く

③フォークやボールペンで水切り穴を開ける

(お魚)



(ポイ)



※使い慣れていない道具などがあると思います。扱いには十分注意して制作を楽しんでくださいね

裏面では水遊びをご紹介します →

☆氷遊び☆

プリンやヨーグルトのカップに水を入れ、凍らせておきます。

水遊びの時に入れ物から取り出し、触った感触や溶けていく様子を楽しんでください。

「冷たいね」「ツルツルしているね」など、声をかけて遊んであげるといいと思います。

色水を凍らせたり、面白い形のカップやビニール袋などで凍らせてみるのもおもしろいですね。

色水にしたときはうっかり口にしないように十分注意してください。



子どもの紫外線対策
どう考える？



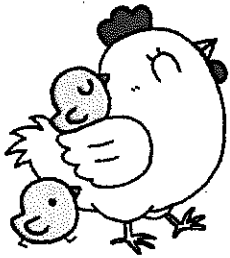
外で遊ばせたいけれど、紫外線が心配…というお悩みが多く聞かれます。エアコンの効いた室内でばかり遊ぶのもいかなものか…。

ポイントは「紫外線を浴びすぎないこと」です。有害なものというイメージの強い紫外線ですが、子どもの健やかな成長のためには適度に浴びることが必要とされています。なぜなら、紫外線を浴びないと骨の健康を守るのに必要なビタミンDの合成が促進されないからです。しかし、紫外線を浴びすぎると肌トラブルの原因となる為、注意しなければなりません。特に子どもは肌が敏感なため、紫外線の影響を受けやすい傾向にありますから、浴びすぎないように工夫して外遊びを楽しみましょう。

対策としては、

- 日差しの強い時間帯を避けて外へ出る
- 日陰を上手に利用する
- 服装に工夫をする など

3つの対策を参考にしながら、楽しい夏にしていきましょう！

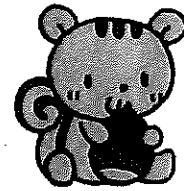


ちよっと一息

No.148

南大沢保育園 〒192-0364 八王子市南大沢 4-11
TEL042-675-6228 <http://www.minamiosawa-hoiku.com>

2023.11 発行



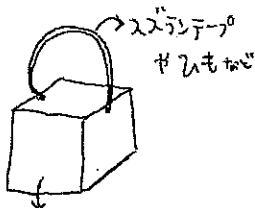
今年もきれいに色づいた木の葉が舞い始めました。

今月は秋の遊びやクリスマスシーズンにお勧めの、ちょっとした制作やふれあい遊びをご紹介します。朝晩ひんやりする秋は、風邪をひきやすい季節でもあります。今のうちにはできるだけ薄着でたくさん運動をし、風邪に負けない体づくりを心がけながら過ごしていきたいですね。

【 秋の遊び 】

子どもたちが好きな秋の遊びと言えば、落ち葉やどんぐり集め！自然に触れることはただ楽しいだけではなく、探しながら体力をつけたり、「これは何？」と好奇心や想像力を育む力をつけたりする良い効果があります。

《どんぐりバッグ》



牛乳パックを切ったもの
……シールを貼ったりマーカーで
お名前を書き絵をアレンジできます

マイバッグを持ってお散歩に出発！
「自分で集めた」という達成感を味わえます。

※手に何か持つ時は、歩くことがまだ不安定なお子さんは転倒に気を付けて、拾う場所を選んであげましょう。

※木の実や小石は、時に誤飲につながります。必ず様子を見守って下さいね。

どんぐりを保存したいときは

煮沸…時間は3～4分くらい。長く煮続けるとダメになってしまいます。水を切って陰干ししてください。

冷凍…1週間くらい冷凍したあと、陰干しして乾燥させます。

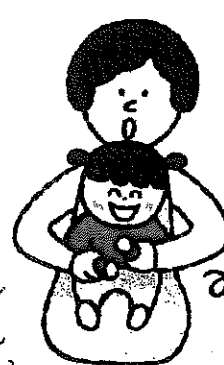
※どんぐりの中にはゾウムシの幼虫が隠れていることも多いのです。傷や穴があるもの、水に浮くものはなるべく処分しましょう。

《オバケはっぱ》

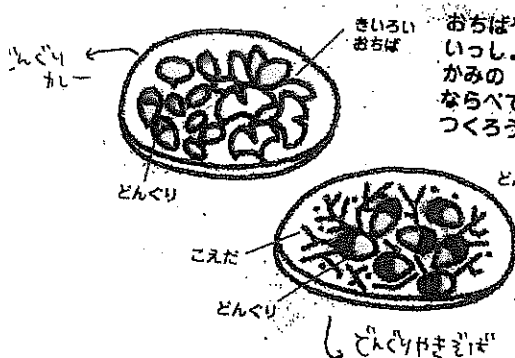


大きな葉を見つけたら、目と口を、ちぎって穴をあけてオバケはっぱに。
顔に当ててお面にするのも楽しいです

《ふれあい遊び～どんぐりどんぐりどこいった～》



《どんぐり見立て遊び》



《どんぐりマラカス》



ふたをぎゅっとしめて、ふってあそぼう。

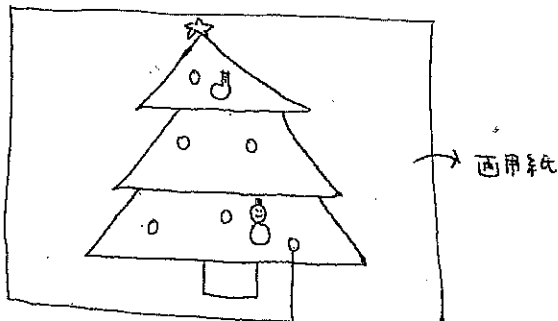
【 子どもと作るクリスマス制作 】

100 円ショップや身近なもので材料が手に入ります。お父さん、お母さんと一緒に！

自分で作ったという喜びも味わえます。親子の触れ合いタイムに簡単に作れるものをご紹介します。

《ランチョンマット》

材料…色画用紙・シールなど

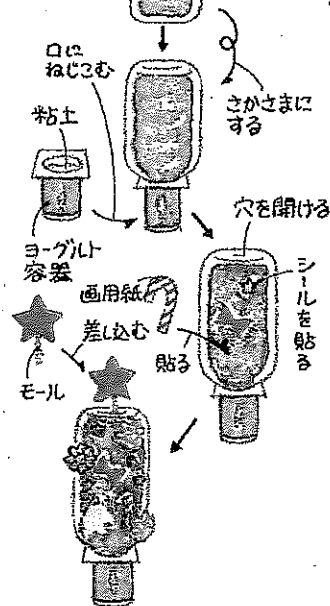


- 手作りランチョンマットを
作ったクリスマスの食事の雰囲気づくり！

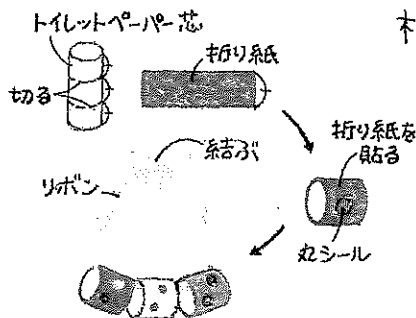
《ペットボトルのミニツリー》

ペットボトル カラーセロハンをつめる

材料… ペットボトル
ヨーグルトカップ
セロハン・シール
ろうそくなど



《トイレットペーパーの芯のリース》

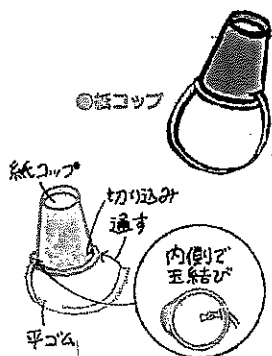


材料… トイレットペーパーの芯、リボン
切り紙、シールなど

→ 芯の数を増やして丸い形に。
リボンを通けて、1本ずつする遊びや
ちいさいオーナメントにもなります。

《紙コップで小さな帽子》

材料… 紙コップ
平ゴムなど



土台の作り方

アレンジ



• 紙コップに画用紙など

作ったサンタツリーを見よう！

