



Gosho Nursery And Children's Recreation Center

# セバスト ガチョウ号

先月の子どもたち

## コーンのバッグ

## おもしろ〜い！



No.267

9月号

2025





## こども園便り 御所こども園

### サマーボランティア

夏休み期間中、二名の高校生と二名の短大生がサマーボランティアに来てくれました。この四名はこども園の卒園児です。将来は保育士を目指している、子どもが大好きな学生で、職員一同『大きくなったなあ』と感じる一日でした。ボランティアは、今後も継続的に受け入れていく予定です。

### おとぎの部屋の先生



三十年前からお世話になっている、おとぎの部屋の高山たえこ先生です。情操教育活動として絵本の読み聞かせや、わらべ歌を教えてください。



『ほおずきの童歌遊び』



指遊び、中は、先生に釘付けです



子どもたちが大好きな活動の一つ、流しそうめん！きゅうりやトマト、かまぼこを切るころからスタートしました。竹の先から流れてくるそうめんを目で追いながら、必死に掴もうとする姿はとっても楽しそうでした。

## ★流しそうめんの季節★

(以上、主幹教諭 下窪)



## 給食便り

ランチルームに広がる四季の恵み

ランチルームの天井には、『モビール』がゆらゆら揺れ、季節の移り変わりを知らせてくれます。子どもたちの成長と健康を支え、食事を楽しい時間にする工夫の一つとして、机の配置を変えたり装飾をしたりして、目でも楽しめる雰囲気づくりを行っています。様々な食材を知ることが、食育の一環としての役割も果たしています。



(以上、給食室 前田)

## 食の安心安全

こども家庭庁では、給食における窒息事故を防ぐため、特定の食品の使用を避けるよう注意喚起しています。具体的には、丸くてツルツとした食材、粘着性の高い食材、固くて噛み切りにくい食材、さらに小さくカットされていない食材が危険な食品として挙げられています。

食材の形状、特性	食材	備考
球形という形状が危険な食材	プチトマト	四等分すれば可
	乾いたナッツ、豆類	
	うずらの卵	
	あめ類、ラムネ	
	球形の個装チーズ	加熱すれば可
粘着性が高い食材	ぶどう、さくらんぼ	皮や種が口に残るため危険
	餅	
固すぎる食材	白玉団子	噛む前に誤嚥の危険がある
	いか	小さく切って加熱すると可

(以上、食育向上グループ 田尻)

## 健康便り

保健指導 熱中症について

八月十二日

「熱中症予防には？」という問いかけに対して、「水分補給」「日陰で休む」「帽子をかぶる」など、様々な意見が出されました。これらの予防に加えて、日頃から食事や睡眠に気を配り、疲れをためない生活に努めましょう。

私たち職員も子どもたちの健康観察をこまめに行い、体調不良の早期発見に努めていきたいと思っています。



(以上、看護師 兼廣)

## 安全便り

事故発生からの対応

子どもたちが安心してこども園生活を送れるように、もしもの怪我や事故に備えて、迅速に応急処置を行うことができる体制を整えています。

- STEP 1 怪我の状況を看護師が見極め、病院受診の有無を判断する
- STEP 2 病院を受診する
- STEP 3 原因や改善点の検証を行う
- STEP 4 同じ事故が起きないように再発防止に努める

(以上、リスクコントロールグループ 山下)





# ホッと スナッ プコーナー





## 夏休みの製作集

厳しい暑さが続く今年の夏休み、子どもたちは宿題や遊びに精を出す傍ら、創造力を活かしてさまざまな作品作りに取り組みました。今回は、特に目を引いた陶芸の一輪挿し、ハーバリウム、貯金箱作りの様子と作品を紹介します。  
(放課後児童支援員 大山)



### 土の温もりを感じる陶芸『一輪挿し』



陶芸家・図師先生の指導のもと、個性あふれる素敵な一輪挿しが出来上がりました。花を生けるだけでなく、そのまま飾っても一つの芸術作品として空間を彩る魅力的な仕上がりです。6年生男児は「粘土を好きな形にすることが楽しくて、出来上がりがとても楽しみです」と、話していました。



### 光を閉じ込めた『ハーバリウム』



ハーバリウムは、植物の美しさを長く楽しめるインテリアとして人気です。透明なボトルの中にドライフラワーやプリザーブドフラワーをオイルに漬けた作品は、光を浴びてキラキラと輝き、とても美しく見えました。「お母さんにプレゼントする」「オイルを入れたら一瞬花が沈んで、浮いてくる時が綺麗だった」など、子どもたちは満足そうな笑顔で感想を話していました。



### 夢を叶える『貯金箱』



夏休みの自由製作の定番とも言える貯金箱作り。今年は牛乳パックや空き箱など、リサイクル素材を活用した作品が多く見られました。貝がらをつけるのに苦労したり、お金を転がすラインの角度を工夫したり、それぞれにアイデアを凝らしていました。「自分で作った貯金箱にたくさん貯金します」と決意を語る子どももいました。



## 児童クラブ便り 児童クラブ未来



ツイスターゲーム



折り紙遊び



基地作り



マンカラ

(以上、クラブ長 高崎)

今年の夏は、最高気温を何度も塗り替えるような猛暑日が続きました。さすがの子どもたちも、外遊びは夕方からと心得て室内での遊び方を工夫していました。机や布を組み合わせて秘密基地を作り、その中で漫画を読んだりゴロゴロしたり、時にはその周りでかくれんぼや鬼ごっこをしたりして、大いに盛り上がっていました。

『子どもは遊びの天才』と言われるますが、自ら遊びを生み出す力を持った子どもたちの姿に、将来が楽しみで、頼もしく感じました。

### 羽ばたけ学童さん

今月は、三年生の男子を紹介します。今年の三年生男子は先月に一名が転出し、現在六名。とても活発な男の子たちです。昆虫採集が大好きで、夏になると児童クラブ内には虫かごや飼育ケースが並びます。昆虫マットを霧吹きで湿らせたり、ゼリーを与えたりと、日々よく世話をしています。

また、ドッジボールが好きな子も多く、学習が終わると競い合うように園庭へ飛び出していきます。夏の暑い時間帯以外は、ほとんど外遊びを楽しんでいます。ときには些細な口げんかもありますが、自分たちで解決する姿もよく見られるようになりました。下級生とも一緒に遊んでくれる、優しい気持ちを持った子どもたちです。

この時期は、グループを作る意識が高まる一方で、自分を認めてほしいという自尊心が芽生え、親や大人への反抗心も現れます。また、学習内容も難しくなり、得意・不得意の教科を意識し始めます。こうした子どもたちの変化を観察し、寄り添いながら、自立心の発達を促すサポートを心がけたいと思います。

(以上、放課後児童支援員補助 島)





# 2025年 夏休みの思い出

学童新聞

9月号



見たてのくみたて展



ハブバリウム



私の夢の絵



メルハン館



マジック体験



かん玉大会



クイキング



セタかざり 作り

思い出の「コマ  
とらげ」三年りくと  
ねん土を自由に形づく  
て、すばらしい一りんざしか  
できました。

平和学習、六年ねど  
体験してないの  
で、そのつらさはわ  
からないけれど  
戦争はなくなさな  
いといけないと思  
いました。

串達也展  
みたてのくみたて  
二年りくと  
楽器や食べ物など  
いろいろなものを見  
たてて形を作ってい  
てすご  
いと思いました。

(記者 岩坪・堂原・長田・湯ノ口・吉松・片岡ひ・片岡み・一氏・森山)

## デジタルデトックスのすすめ

# 親コラム

最近の子どもたちは、生まれた時からスマートフォンやパソコンなどのデジタル機器に囲まれています。短時間に多くの情報を得られるなどの利点がある一方で、心身への悪影響も指摘されています。中には、長時間ゲームを続けたり、YouTube がなければ遊びを思いつけず、時間を持て余してしまう子どももいるようです。そこで、日にちや時間を決めてデジタル機器から距離を置き、心身をリフレッシュさせる『デジタルデトックス』に、親子で取り組むことをおすすめします。今回は、その効果を児童クラブでの遊びを通して紹介します。



### 自己肯定感を高めます !!

児童クラブでは、廃材や折り紙、絵の具などを使って定期的に創作活動を行っています。製作の過程には難しい工程もありますが、途中で投げ出さず完成させたとき、子どもたちは大きな満足感を得ています。「できた！」という喜びの積み重ねが、子どもの自信や自己肯定感を育んでいます。

### 主体的な行動につながります !!

カルタや将棋などのアナログゲームや、お手玉、けん玉などの伝承遊びも、子ども同士で教えあいながら楽しんでいます。基地作りも長期休みの定番です。これらは、子どもの集中力やコミュニケーション能力、協調性などを高めることに大いに役立っています。



創作活動やアナログな遊びは、小さな子どもにとって一人でやり遂げるのが難しい場合が多くあります。近くの大人と一緒に楽しみながら取り組むことで、大きな成果が得られます。最近よく耳にする『非認知能力（数値では表せない人間の内面的な力）』も、このような遊びの中でこそ育まれます。デジタルデトックス、ぜひ時には家族で取り組んでみてはいかがでしょうか。

（以上、保育向上グループ）

## 今月の コラム



# Gosho Baby News

このページは、御所こども園や御所季の子保育園の0、1歳児の子どもたちの様子やお知らせ、そして子育てに関する様々な情報をお届けするコーナーです！

## 乳幼児期の食習慣の大切さ

子どもが生涯にわたり健康に過ごすためには、乳幼児期からの正しい食習慣が欠かせません。しかし乳幼児は食機能が未熟で、遊び食べや好き嫌い、同じものばかりを食べる『ばっかり食べ』などの食行動が見られ、最初から理想的な食習慣を身につけるのは難しいものです。子どもの心と体の成長・発達に合わせて、根気強く関わりながら、少しずつ良い食習慣を育てていくことが大切です。

### ～夏野菜を食べよう～

夏野菜は水分やカリウムを豊富に含み、体を冷やしたり紫外線から守ったりする栄養素が多く含まれています。また、夏バテや熱中症の予防にも役立ちます。近年は野菜ジュースやジュレなど、手軽に栄養を摂れる食品も増えています。それらを上手に取り入れつつ、野菜本来の食感や香りも大切にしましょう。

### ～夏野菜の効能～

**トマト** 食欲を増進させる

**とうもろこし** 食物繊維が豊富

**ピーマン** ストレス軽減、疲労回復

**なす** 抗酸化作用による生活習慣病予防  
疲労回復

**きゅうり** 余分な熱を体外に排出し、体温を下げる

**オクラ** 整腸作用



野菜特有の風味や苦味、えぐみを和らげるには、出汁をきかせたり、旨味の多い食材と組み合わせたりするのがおすすめです。また、子どもの好みの味付けや好きな料理に取り入れることで、自然に多くの野菜に親しめます。親子で楽しみながら『美味しく食べる力』を育てていきましょう。

(以上、環境向上グループ)

## 保育園便り 御所季の子保育園

さわやかな秋空の下、子どもたちの元気な声が園庭に響いています。季節の製作あそびを通して、一人ひとりの成長を感じている毎日です。ご家庭でも、どんぐりや落ち葉を見つけた話を、嬉しそうにしている姿が見られているのではないのでしょうか。今月も子どもたちと一緒に秋の自然を感じながら、楽しい時間を積み重ねていきたいと思っています。



お話し会 八月八日

毎月、二歳児から五歳児を対象に『お話し会』を行っています。今月も季節の絵本の読み聞かせやわらべ歌、手あそび歌などが披露され、子どもたちはお話の世界に引き込まれ、目を輝かせながら聞いていました。静かに聞き入る姿や、登場人物に笑ったり驚いたりする姿がとても印象的でした。本を通して想像力や集中力が育まれる、心豊かな時間となりました。

(以上、保育士 諸隈)

### ホッと!! スナックコーナー



夕涼み会 八月二日

毎年恒例の『夕涼み会』を開催しました。夕暮れ時、浴衣や甚平を着たかわい子子どもたちが、体験ブースやスイカ割りを楽しみ、笑顔と笑い声があふれる、夏の思い出のひとつとなりました。





## 健康便り

朝ごはん、食べていますか？

朝ごはんは、寝ている間に使われたエネルギーを補い、脳や体をしっかり目覚めさせてくれる大切な『スイッチ』

です。特に成長期にある子どもたちにとって、朝ごはんを食べることは、集中力や学ぶ力、活動するための体力を支える重要な土台となります。

子どもの小さな体は、大人以上にこまめなエネルギー補給が必要です。忙しい朝は「何を作ろう…」と悩むこともあるかもしれませんが、おにぎりやバナナ、トーストと牛乳など、手軽なものでも大丈夫です。少しでもお腹に入れることで、脳と体にエネルギーが届き、心も安定します。大切なのは、**毎日少しでも何かを口にする習慣をつけること**。朝ごはんをとることで生活リズムも整いやすくなり、夜の寝つきも良くなります。子どもたちの健やかな成長のために、毎朝のひとくちを大切にしたいですね。

(以上、保育士 稲留)



## 給食便り

八月の献立より

オクラとなめこのおろし和え

【材料】(五人分)

- オクラ……………五〇g
- なめこ……………五〇g
- キャベツ…………一五〇g
- 大根おろし…五〇g
- めんつゆ…………一〇g



### 【作り方】

- ① オクラは五ミリ幅、キャベツは一センチ角にそれぞれ切る。
- ② 大根はすりおろし、五分ほど水にさらして水気を切っておく。
- ③ 鍋に水を入れて沸騰させ、キャベツを入れる。ある程度火が通ったら、オクラとなめこを入れて火を通す。
- ④ ③をザルにあげて水気をよく切り、②の大根おろしと混ぜる。
- ⑤ めんつゆで和えたら完成。

(以上、栄養士 川田原)



## 野菜を栽培しています

児童クラブでは毎年、エコクラブ活動の一環として野菜を育てています。夏と冬の年2回、それぞれの学年で『どんな野菜を育てたいか』を話し合い、みんなで協力しながら楽しく取り組んでいます。



### 苗植え

きゅうり、トマト、オクラ、ゴーヤ、ピーマンの苗を、根を傷つけないように優しく植えました。



### 水やり

毎日の水やりは欠かせません。肥料をやったり、支柱を建てたり、ネットをはったりもしました。



### 収穫

一度にたくさんの収穫はできないので、収穫の時期を見逃さないように観察することも大事な仕事です。



### 収穫した野菜

今年もたくさんの野菜を収穫することができました。時には、こども園の園児さんも一緒に収穫を楽しみました。



### 夏野菜カレー作り

トマト、オクラ、ピーマンを細かく刻んでカレーに入れました。ピーマンが苦手な人も食べていました。

自分たちで育てた野菜で作ったカレーは格別においしく、みんな何度もおかわりをしていました。僕は4杯おかわりしました。  
(よしき)

子どもたちは野菜を育てることを通して、自然への興味や関心を深め、生命の循環を学びます。また、自分が育てた野菜を食べることで、食べ物や農家の方への感謝の気持ちが育まれるとともに、好き嫌いを克服するきっかけにもなります。地球温暖化という厳しい環境変化の中、子ども時代のさまざまな経験が、子どもたちの将来を切り開く力につながると信じ、これからも多くの野菜作りに挑戦したいと思います。

(以上、放課後児童支援員補助 島)



日中はまだまだ暑い日が続きますが、朝夕少しずつ涼しさを感じるようになってきました。

八月八日、鹿児島県では線状降水帯が発生し、霧島市や始良市では、土砂崩れや家屋の浸水、また断水が長く続くなどの多くの被害を受けました。こうした状況を受け改めて、防災用品の備蓄や避難訓練などの『備え』の大切さを感じました。

九月一日は『防災の日』です。この機会に避難場所や避難方法など家族でも話してみてくださいね。

残暑がまだまだ厳しいので、子どもたちの水分補給や体調管理に気をつけていきたいと思っています。  
(島)

編集後記