



秋の野菜って
なんだろう？



ニコニコ米の収穫だ！

2020年度

ニコニコ桜だより11月号

<http://www.2525sakura.com/>

幼保連携型認定こども園

ニコニコ桜保育園 南郷町8-12

ニコニコ桜今津灯保育園 今津水波町9-8

親子で優しい時間♪

絵本には子どもの成長に欠かせない要素がたくさんちりばめられています。豊かな言葉との出会いから……言葉の獲得の手助けをしてくれたり、ストーリーや絵、描写された情景から……想像力、発想力、好奇心、感性などを育てたりします。

そしてもうひとつ大切な読み聞かせの要素は読み手とのコミュニケーションです。何より大好きな大人のひざで一緒に絵本を見る時間は、嬉しくて、楽しくて、安心できる至福タイム♡♡♡背中から感じる読み手の温かさ、優しい言葉の響きや楽しいリズム、ゆったりとした心地よさなど、読み手である大人と自分の間にある様々な情報を感じ取って、その絵本の内容だけでなく『読んでもらうこと』を体まるごとで楽しんでいます。『もっと、もっと！読んで！』はその心地よさに浸っていたいということかもしれませんね♪

優しさ、意欲、思いやり……どれも安心できる心のよりどころがあってこそ育まれるものではないでしょうか。

多忙な時間……スマホやテレビについつい手がのびてしまいがちですが、ほんの10分のひととき、絵本を一冊手にとって、秋の夜長は、ぜひ親子で優しい時間を過ごしてみたいは」いかがでしょうか



小さい頃に何度も繰り返し読んでもらった絵本は普段忘れていてもふとした時に記憶の底から浮かんで、温かい気持ちになったり、なつかしく思ったり、そんな経験はありませんか。お家の方が小さい頃に大好きだった絵本をお子さんと一緒に読んでみるのもいいかもしれませんね♪

あそびの小箱



公園やおでかけ先などでよく見る、子どもたちが集めずにはいられない秋の実りと言えば……どんぐりではないでしょうか？細長いもの、まるいもの、小さいものや大きいものなど種類や形もたくさんありますね。砂遊びでケーキの飾りにしたり、斜面を転がしたりと遊び方はいろいろあります。どんぐりを使った遊びをいくつか紹介させていただきます！

【どんぐりマラカス】

空のペットボトルなどにどんぐりを入れてふたを閉める。周りにビニールテープなどを貼ってデコレーションするとカラカラとステキな音が鳴ります♪



【どんぐり人形&どんぐりコマ】

どんぐりにキリなどで穴を開け、そこにつまようじをつけると、どんぐりコマの完成！つまようじを手足に見立てて顔を描くと世界に1つだけのどんぐり人形の完成！



【どんぐりころころ迷路】

空箱などにトイレトペーパーの芯や段ボールなど廃材を使ってコースを作るとどんぐりが転がる迷路の完成です！



旬の食材・保育園では

旬の食材…さけ・さば・さわら・うなぎ・のり・ごぼう・れんこん・だいこん・かぶ・ほうれんそう・レタス・チンゲン菜・フロコリー・しめじ・なめこ・さといも・さつまいも・かき・ゆず・りんごなど



蓮根団子のおやき



里芋ご飯



焼き芋

11月のメニューでは秋鮭の甘酒西京焼き・鱈の照り焼き・きのこハンバーグ・きのこシチュー・かぶのみそ汁・なめこの赤だし・焼きいも・お芋パイなどがあります。

11月～1月が旬のかぶは根と葉で栄養価が変わります。かぶの根は消化酵素アミラーゼが含まれていて、胃もたれ 胸やけ解消に効果があります。アミラーゼは熱に弱いので、浅漬けやサラダで食べたいですね。かぶの葉はβカロテンが非常に多く抗酸化作用が期待されます。旬の時期はかぶの葉もぜひ食べてください。

ちいさなおともだちへ

季節もすっかり秋になり、木の葉も緑色からオレンジ、黄色に色付いてきましたね。ニコニコ桜保育園の子どもたちも、落ちてくる葉っぱを見つけ「かわいい色だね〜」「ちょうちょうみだい」「手みだい〜」と発見しています。他にもどんぐりやバッタと、木の実や生き物から思い思いに季節の変化を感じています。

末吉 暁子 作
林 明子 絵
福音館書店



そんな秋にぴったりの絵本は、『もりのかくれんぼう』です。子どもたちが夢中になるポイント！それは、絵本の中でかくれんぼする動物たちと一緒に探せる事です。秋の森をじっくり見つめると上手に隠れている動物たちが、…文字を読めない子どもでも、絵の面白さから思わず集中して探してみたいです。ニコニコ桜保育園でも何度も手に取ってお友だちと一緒にかくれんぼを楽しんでいますよ。是非、大人も子どもと一緒にかくれんぼを楽しんでみてください！

☆ニコニコ桜と今津灯保育園の子どもたちが、大好きな絵本の紹介をします☆