



落ち葉遊び楽しいな♪



わらのお布団気持いい

2020年度 ニコニコ桜だより12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

こんなことあるよね

毎日の子ども達の食事での困りごとや悩みはつきないという声をよく耳にします。例えば、好き嫌いや少食で栄養バランスが心配。料理を作っている間に寝てしまう。途中で飽きてじっと座ってられない。お皿をひっくり返す、食材を床に落とす。おしゃべりに夢中でなかなか進まない。量を食べ過ぎていないか。味付けや調理方法が分からない…等々、子どもの年齢や興味関心、状況や様子によっても様々です。個人差があることはわかっていますが、つつい周りと比べてしまったり、焦ったり、本当にこれでもいいのかなと葛藤されていることかと思えます。



園では友だちの食べる姿を見て、『美味しそう！私も、ほくも食べてみよう』と意欲的になる、『カバさんみたいな大きな口できるかな〜?』と声をかける、どのくらいの量が食べられるのか子どもと相談する、自分で配膳する…集中できる環境や時間を整えるなど、一人ひとりに合わせた工夫や対応を心掛けています。また、子どもと一緒に食材を育て、収穫し調理する。好き！楽しい！やってみたい！が広がる体験を大切に日々積み重ねられるようにしています。あまり無理せず、安心できる大好きな家族が笑顔と一緒に食卓を囲むことが一番の楽しい時間になるはず。身体や心をつくる源の大事な食事♪きっと保護者の方の思いは子ども達に伝わっていると思います。

旬の食材・保育園では

旬の食材…はまち・さば・さわら・たら・ぶりかぼちゃ・カリフラワー・ブロッコリー・みずなこまつな・さといも・セロリ・だいこん・にんじんはくさい・ほうれん草・れんこん・ゆず・りんこレモン・みかん

ポルシチ



蓮根のきんぴら



カリフラワーのカ



12月のメニューでは鰯の幽庵焼き・ぶりの照り焼き・ポルシチ・ちゃんこ鍋・柿入りなます・小松菜の白和え・カリフラワーのサラダ・ほうれん草とえのきのみそ汁などがあります。

12月の旬の小松菜は栄養たっぷりの緑黄色野菜です。β-カロテン、ビタミンCはもちろんカルシウムや鉄も豊富に含まれています。油や卵、豚肉などのたんぱく質と一緒に食べるとカルシウム、鉄の吸収率も高まると言われています。

松ぼっくり、秋の公園や山で見つけた子どもたちも多いのではないでしょうか。今回は松ぼっくりを使った可愛いクリスマスミニツリーの作り方を紹介します！

あそびの小箱



松ぼっくりに毛糸やビーズ、わた、モール等をボンドで好きに貼り飾ります。絵の具等で色を塗ってもいいですね！ペットボトルのキャップに折り紙を巻いて土台を作り、松ぼっくりをのせます。自然物を使った温かみのあるオリジナルツリーの完成です！

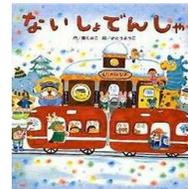


工夫次第で松ぼっくりサンタもできますよ。かわいくアレンジしてみてください！



ちいさなおともたちへ

ないしょでんしゃ
薫くみこ 作
かとうようこ 絵



季節は冬になり、本格的に寒くなってきました。子どもたちは寒さを感じながらも毎日元気に遊んでいます。今年の冬は雪が降るのかな…そんなことを思いながら子どもたちと過ごしています。この絵本は、子どもたちが大好きな電車が主人公の「薫くみことかとうようこのあかいでんしゃ」シリーズの1冊です。あかいでんしゃに乗せて子どもたちをわくわくするファンタジーの世界へご招待します。

もりのてつどうは大掃除を終えて雪が溶けるまでお休みです。もりのひろば駅からあかいでんしゃは車庫に帰っていきます。ところが「シー、ゴトン、ナイショナイショ」あかいでんしゃがゆっくり動き出しました。いったい誰が運転しているのでしょうか。ほのほのとした絵とたくさんのしかけがあり、何度見ても楽しめる1冊になっていると思います。

☆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☆