

# そよかぜ 8月園便り

令和2年8月3日(月)  
西東京市立そよかぜ保育園

長い長い梅雨が明け、いよいよ夏本番を迎えました。

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から今年はプールは行いませんが、園庭にミストを設置して暑さ対策をしながら、水遊びを思い切り楽しんでいこうと思っています。

生活スタイルが変化していく中、そよかぜ保育園ではホームページを活用して親子で楽しめる遊びや、気持ちの良い一日を過ごすためのヒントなどを紹介しています。

臨時休園中は「職員による絵本の読み聞かせなども動画でホームページに載せてほしい」という声も聞かれましたが、読み聞かせはやはり生の声(肉声)が一番!機械を通しての声とは全く違います。また画面越しでは一方通行で、こちら子どもたちの反応が見えず、心を通わせるやりとりができません。

ぜひお家でお父さんやお母さんが自分の好きな絵本を読んであげてください(好きな絵本はありますか)。大好きなお父さん、お母さんの声が子どもたちにとって何より心地の良い響きを持って伝わっていきます。

絵本の中の主人公と同じ気持ちになって悲しそうな表情になったり、はじけるような笑顔になったり、「次はどうなるの!?!」と目を輝かせてワクワクしている子どもたちの顔を見ると、絵本を通して心が通い合っていることが実感できると思います。そして読んであげるのはなるべく自分が好きなもの良いと思います。繰り返し読んでいくと読むことが楽しくなり、子どもたちへの伝わり方も違ってきます。

私(今宮)はと言えばどちらかというとユーモアに富んだお話が好きなので、かこさとしさんの「どろぼうがっこう」や上方落語を題材にした「じごくのそうべい」が読んでいてとても楽しいです。「じごくのそうべい」は全編関西弁なので、関西出身の方が聴いたらイントネーションなど全く違うと思いますが、そこは臆することなく自分流のそうべいの世界観を持ちながら読み聞かせをしています。



『どろぼうがっこう』

作者：かこさとし

出版社：偕成社

『じごくのそうべい』

作者：たじまゆきひこ

出版社：童心社



皆さんも好きな絵本をまずひとつ見つけてみてください。

もし絵本とはあまり縁がない...と思われる方は職員に声をかけてください。それぞれの職員が自分の好きな絵本をご紹介します。「これだ!」と思ったら手に取って、そして声に出して子どもたちに読んであげてください。子どもたちにとって一番安心できるその声と表情で読み聞かせをすることで、親子の絆が更に深まると思います!

## クラス様子



雨の日が続き、室内で巧技台を設定して過ごすことが多かった7月。初めは怖がっていた子も少しずつ大人のまねっこをして斜面を登り、頂上に着くと「オーイ」と声を出して楽しむ姿も見られるようになってきました。お部屋の中でも体を動かして、元気いっぱい遊んでいますよ。クラスのお友達が全員揃い、保育園での生活にも慣れて、いろいろな表情や声で表現してくれるようになってきました！今月も天気や気温を見ながら、散歩に出かけたり、水遊びをしたりして楽しんでいきます。

先月は雨の日が多かったので、室内で新聞遊びや巧技台を多く楽しみましたが、晴れた日には園庭で水遊び！最初は水がかかるのが嫌だった子も段々と慣れてきて、自分から手を伸ばす姿も見られるようになってきました。今月も暑さに負けないようにこまめに水分を取りながら水遊びを思い切り楽しみつつ、夕方に涼しくなった時は、セミやひまわり等の自然に触れて過ごします。



先月は室内で巧技台、マット、縄遊びなどで身体を動かしました。縄遊びでは、膝くらいの高さを跨いだり、ワニのようにくぐったり、2本の縄の間高這いで歩いたりといろいろな動きを楽しんでいますよ。

本格的に暑くなります。普段の砂水遊びでも豪快なので、更に気持ちのいい水遊びになりそうです！

雲の間から青空がのぞくと蝉の声が聞こえてくるのを子ども達は聞き逃さず遊ぶ手を止め、「セミ・・・セミがいない・・・セミがいないね！」と聞き入っています。お外に行きたい気持ちが会話にも表れ、「早く散歩いきたいね！」「園庭に行こうよ、バッタがいるよ」「カマキリつかまえたよ」「ダンゴムシだって捕まえたもん」自慢話が続く部屋の中。

そんな中でも天気に関係なく、お部屋で「猫とねずみをしよう」「島鬼がいいよ」とエネルギーに汗びっしょり遊んでいます。

梅雨が明けたら散歩に出かけ思いっきり遊びますね。





7月は天候の不安定な日が続き、室内で縄遊びやリズム遊びをして身体を動かして遊びました。雨の上がっているタイミングをねらってのお散歩では、氷鬼や増え鬼を広い場所で全力で走り回り、すぐに汗だくとなっていました。

夏祭りに向けてちょうちん作りも今年から自分たちで作ります。みんなで育てているひまわりを作ったり、葉っぱも自分で切り夏らしい装飾になります！廊下に飾りますのでお楽しみに！！

長引く梅雨によりなかなか外へ行けない日が多かったですが、先日じゃがいも掘りに行くことができました。「うわ～ここにもある！」「ここもあるかな？」「こんなに大きいのがあった！」と手が真っ黒になるほど掘っていました。お芋を使い、お家でいろいろなものを作ったと話を聞き、クラスでも洗ってゆで、お昼ご飯に食べました。「おいしいね！」と自分たちで掘り、洗ったじゃがいもは格別でしたよ。

今月は夏祭りに向けて製作をしたり、カラッと晴れた日は散歩や水遊びをしてたくさん遊びます。



## 8月園行事のお知らせ

7日（金）夏祭り ※雨天 18日（火） 13日（木）布団乾燥 25日（火）誕生会・年長縄編み

▼8月の誕生会も各クラスで行います

▼夏祭り 8月7日（金）

- ・従来のように保護者会との共催では行わず、各クラスで楽しめる取り組みをしていきます。  
（詳細は当日のお楽しみです）
- ・年長は手作りのお神輿で園内を練り歩きます。年長の保護者の方は各家庭1名での参加までとなりますが、是非ご参加ください。

時間：午前9：30～ 午後16：30～

## コロナとマスク

マスクを付け、感染予防に努めています。暑さにあえぎながらの生活。「涼しくならないかなー」と試行錯誤。妙案も見つからないのですが、人のいない戸外では外したり、冷感対応製品を使用してみる等、小さな工夫。こまめな水分補給で熱中症にならないようにしたいですね。

### マスクに隠れた表情

赤ちゃんに 「マスクを外したら、人見知りされた」 笑えない報告がありました。マスクをつけなければいけない状況なので仕方がないとはいえ、とても複雑な心境です。

私たちは 目元・口元の表情や仕草や言葉で、励まされ嬉しくなって元気をもらったり、反対に落ち込んで、疎外感を感じ、苦しんだり、悩んだりします。子ども時代にこれらの経験を経て、葛藤し、たくさん触れ合い、感じ取りながら分かち合い、育ちあう大事な時です。だから、マスクの陰に隠れ、笑顔が見て取れない・表情が見えないのは 悲しく辛いことです。

せめて家庭内ではマスクを外し、表情豊かに、顔を（目）を合わせて沢山お話することをお勧めします。食卓を囲み、対面しながら、時間をかけ、いろいろな話題を交換する。視覚 聴覚 臭覚 味覚 触覚を共有し楽しい時間を過ごし、家族のきずなを深め、信頼という財産をつくるチャンスとしませんか。

一方で マスクの中ではぽっかり口を開け、口呼吸していたりしませんか？

「まずい！」と思って口を閉じますが、やはり暑くて息苦しくなり、またぽっかり・・・

口呼吸は、口の中の粘膜を乾燥させ雑菌が繁殖しやすくなります。乾いた冷たい空気が直接喉を通り、肺に入ります。鼻呼吸は鼻から吸い込んだ空気は鼻の中を通ることで温かく湿った状態で肺へ送られます。いわば加湿機能付きの空気清浄機です。鼻毛や繊毛で細菌やウイルスの侵入を防いでくれます。

鼻呼吸は病気を防ぎ、口呼吸は病気を招くともいわれます。口の周りの様々な筋肉(表情筋)を使って口を開けたり閉じたりしながら鼻呼吸の習慣をつけていきましょう。

### 職員のつぶやき

8月に入り、本格的な暑い夏が始まりますね。暑い日はどんな物が食べたくになりますか？

私は一年を通して中華が食べたくなるのですが、中でも特に「餃子」が好きです。去年は休日になると大きさや中身の違う色々な餃子を食べ歩き、楽しんでいました。今年は、なかなか外食ができない状況の中で家で餃子を作ってみることに。餃子の本を買い、どうしたら美味しい餃子ができるのか熟読...料理の知識が殆ど無い私にとっては初めて知ることばかりでした。その中でも一番驚いたことは『餡を30分以上ねかせること』更に3時間ねかせると肉と野菜の味が際立つ餡になり、一晩ねかせると野菜の味が落ち着いてくるので肉が美味しい餡になるそうです。実際に30分ねかせてから皮に包み焼くと普段作る餃子とは一味も二味も違う物になり、自分で作ったので美味しさも倍増しました。園での調理保育は難しい状況ですが、家庭での時間が増える中で親子の時間として何か一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

西東京市立そよかぜ保育園 松本愛子