



「戸外あそび」

乳児部副園長 幸田 育子

今年の夏は記録的な猛暑と言われ、戸外に出ても、すぐに暑さ指数(WBGT値)が危険な数値に達して、なかなか戸外に出て遊ぶことができない日が続きました。特に乳児部の子どもたちは暑さ指数と言われても理解できず、「お部屋に入りましょう」の言葉に、「やだやだ」と納得ができない姿を目の当たりにして、本当に心苦しかったです。

10月が近づいてようやく過ごしやすくなり、待ってましたとばかりに「おさんぽいく」「えんていいく」と嬉しそうにつぶやく子どもたちの声に、担任たちはすぐに応えたい思いから、早速とことこ組では散歩の活動を取り入れました。とことこ組の子どもたちは、「いってきます」と笑顔で出発し、園の周りの探索を楽しみ、葉っぱを片手にとっても満足気な笑顔で「ただいま」と帰ってきました。これまで「戸外に出て遊ぶ」ことが、当たり前に出ていましたが、出られない日が続いた後の久しぶりの実施が、こんなにも子どもたちを笑顔にすること、戸外で自然に触れて子どもたちの諸感覚を刺激することが、心も体も成長させる大切な保育活動のひとつだということ、実感させられました。これから益々、戸外で遊ぶのに気持ち良い季節になるので、戸外で遊ぶ機会をたくさん取り入れていきたいと思えます。

10月に運動会が予定されています。今年のテーマは「みんなあつまれ！ふじみんびっく」です。保護者の皆様、ご来賓の方々、職員とみんな笑顔あふれる運動会になるように職員一同、チーム力を生かして進めてまいります。ご協力をよろしくお願いいたします。

《10月のねらい》

0歳児 はいはい組	○気温に応じて衣服の調節を行い、快適に過ごす。 ○戸外に出て探索をして体を動かしたり、身近な自然物(落ち葉やドングリ等)を見たり触れたりする。	
1歳児 とことこ組	○ズボンや靴下、靴などの脱ぎ履きを自分でやろうとしたり、保育者と一緒にやってみようとする。 ○戸外に出て、木の実や草花に触れたり、体をたくさん動かしたりして遊ぶ。	
2歳児 すくすく組	○保育者に受け止められながら、自分の気持ちを表情やしぐさ、言葉等で伝えようとする。 ○戸外で秋の自然に触れたり、走ったり、音楽に合わせて体を動かしたりすることを楽しむ。	
3歳児 ぼうけん組	短時間 保育	○保育者や友達と一緒に、戸外で走ったり跳ったりして伸び伸びと体を動かして遊ぶことを楽しむ。 ○心地よい秋晴れの気候の中で、ドングリや落ち葉など身近な秋の自然に触れ、遊びや製作に使ったりして楽しむ。
	長時間 保育	○保育者や友達と一緒に、簡単なルールのある運動遊びやゲーム(短時間で経験した遊びなど)を楽しむ。 ○秋の自然の変化に気付き、ドングリや落ち葉に親しみを持ってマラカス作りなどを楽しむ。
4歳児 わんぱく組	短時間 保育	○学級のみんなや友達と一緒に走ったり跳ったりして体を動かして遊ぶ中で自分の力を発揮するとともに、簡単なルールのある遊びを通して友達や学級のみんなとのつながりを感じる。 ○ままごとや製作遊びなどに自然物を取り入れて遊ぶ楽しさを十分に味わい、自然物がもつ特性に気付く。
	長時間 保育	○気の合う友達と関わる中で、思いや考えを言葉にして伝えながら一緒に遊ぶことを楽しむ。 ○秋の変化を感じながら、ボールあそび、大縄などで思いきり体を動かして遊ぶ。
5歳児 ふあいと組	短時間 保育	○学級やグループのめあてに向けて個々に力を発揮するとともに、同じグループや係で動きや言葉を考え合って取り組み、やり遂げた満足感を味わう。 ○共通の目的を持った友達と一緒に遊びを進めたり、自分たちの生活を進めたりしていく。 ○ドングリやマツボックリなど、種類や形、大きさの違いや数量に関心をもったり、ドングリ転がしやマツボックリ、けん玉など自分で工夫して遊びに取り入れられる中で、季節の変化に興味をもつ。
	長時間 保育	○戸外遊びの中で、リレーや鬼ごっこなど友達と一緒に遊びを工夫したり展開したりして自分たちで活動を進める充実感を味わう。 ○トンボやドングリなど秋の自然に興味をもち、気になったことを絵本や図鑑などで調べたり気付いたことを友達と伝え合ったりする。
預かり保育りす組	○園庭で三輪車やかけっこなどを動かして遊んだり、落ち葉を拾ったりそれを使って遊んだりする中で秋の訪れを感じる。(3、4歳児) ○園庭で身体を動かして遊ぶ心地良さを感じたり、自転車や上り棒など難しいことに挑戦しようとする。(5歳児)	

《お知らせ》

<衣替え、園服着用について>

10月は天候に応じて着用の有無をご判断ください。11月からは着用して登園になります。

<個人面談(幼児部)> ※後日手紙を配布します。

10月25日(金)～11月26日(火)を予定しています。ご家庭での様子や園生活の様子を伝え合いながら、相互理解を深めたいと考えます。

★CES 掲示板★

○10月の重点目標 『給食をおいしく何でも食べよう』

「食欲の秋」「実りの秋」などと言われ、秋には野菜や果物など多くの食べ物が収穫期を迎え、旬の食材も多く出回ります。また過ごしやすい季節になり、四季の中で最も食欲が増す季節です。子どもが好きなものをおいしく食べ、苦手な野菜などにも関心をもつきっかけとなるかもしれません。

秋が旬の食材は、サツマイモ、カボチャ、キノコ等の野菜、カキやナシ等の果物があり給食でも旬の食材を使ったメニューが提供されます。活動量の増加に伴い、給食を食べる量も増えてきている子どもたちです。苦手と感じる献立は、食べられる量を保育者と考えて調整し、全部食べられた嬉しさを感じるようにしています。

5歳児は、お米が食卓に並ぶまでの過程を映像で視聴することなどを通して学び、食べ物を作る生産者への感謝の気持ちや、食べ物を大切に思う気持ちを育てていきます。他の学年の子どもたちも食べ物を無駄にしない等下記のことについて指導していきます。

- ・旬の食材の形や色、香りなどに関心を持ち、親しみを感じる。
- ・秋の食材を使った活動を通して、食に興味をもつ。
- ・食材に感謝の気持ちを持ち、食の大切さを知る。

【10月は食品ロス月間です】

令和元年5月に公布された「食品ロスの削減の推進に関する法律」において、10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」とされています。宴会での食べ残しを少なくするために、最初の30分間と最後の10分間は意識的にご飯を食べ切る時間を作ろうという「30・10(さんまるいちまる)運動」が由来です。「30・10」を逆にし、10月30日が食品ロス削減の日となったそうです。

食品ロスとは本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことで、日本では令和3年度に年間523万トン、令和4年度より1万トン増加(農林水産省ホームページより)しています。これは国民1人当たり換算すると1日約114gで毎日ご飯茶碗1杯分を捨てている計算だそうです。日本では、多くの食料を海外から輸入しているなか、たくさんの食べ物を捨てていることとなります。日本の大切な文化である「もったいない」のこころを大切にできることから食品ロス削減に取り組んでみませんか？

参考:消費者庁ホームページ「10月食品ロス削減月間」

【食品ロス削減 ガイドブック】(令和6年度版)消費者庁(デジタルブック版)

食品ロスの削減は、一人一人の小さな活動でも、みんなで取り組みれば大きな削減につながります。一人一人できるところから始めてみませんか？
「食品ロス事前チェックシート」等ご活用ください。



【千代田区 フードドライブの実施】

フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、必要としている団体に寄付する活動のことです。千代田区では、区内の複数拠点に常設の窓口を設置し、フードドライブの取組みを通年で実施しています。



食品ロス削減啓発絵本

「かいじゅうステップ SDGs大作戦 たべものかいじゅうあらわる!？」

みんなで好きな食べ物を持ち寄って、お祭りを楽しむかいじゅうたち!
あとには、採りすぎた野菜や果物、作りすぎた料理、食べ残しの山がありました。食べ物を大切にしないと…。さてどうなるでしょうか?
ぜひ、親子でご覧ください。



(前半)



(後半)