すぎのこだより

令和８年１１月２日発行　第 594 号

今月の予定

１０日（火）　陶芸教室（１０：００～）
１３日（金）　こぐまクラブ（１０：００～）
１４日（土）　保育士研修会（午前保育）
２０日（金）　英語で遊ぼう（１０：００～）
２４日（火）　誕生日会（各クラス）
２５日（水）　避難訓練（時間不定）

11がつ うまれのおともだち

なぎくん（２さい）
かいりちゃん（４さい）
りとくん（５さい）



募集記事～青組　そうまくんのお母さんです。

我が家は、長女が１歳８ヶ月の頃からお世話になり、現在年長のそうまも生後４ヶ月から通っています。姉弟で長く通っているので、先生方にも子どもたちの成長を見守っていただき、家族のような温かさを感じています。そうまは体を動かすことが大好きで、園でも毎日元気いっぱい遊んでいます。先生方が一人ひとりの個性や気持ちに寄り添いながらのびのびと過ごせる環境を作って下さるので、安心して預けることができました。長く通っている分、卒園が近づくと寂しさもありますが、この園で過ごせて良かったと心から思います。卒園まで、よろしくお願いいたします。

～給食室から～

雪虫も飛び始め、冬がすぐそこまで来ていますね。

朝晩の寒さも厳しさを増してきました。

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので、旬の食材を織り交ぜながら、しっかりと食材を摂り元気いっぱいに冬を迎えましょう。

季節の変わり目を元気に乗り切る、美味しいメニューをご紹介します。

・炊飯器で作る　さつまいもご飯・

〈材料〉米２合　さつまいも２５０ｇ１本　水（さらす用）適量　みりん大さじ２杯
　　料理酒大さじ２杯　塩小さじ１杯　水３５０ｍｌ

〈作り方〉

・お米は洗って３０分以上浸水させて、水気を切ります。
・さつまいもは皮つきのまま２ｃｍ角に切ってから、１０分間水煮さらします。
・炊飯器に米、水、調味料をいれ、水気を切ったさつま芋を乗せて炊飯します。最後にごま塩をかけて、食べてみて下さいね！

各クラスの様子












子育てのポイント

「心の基地」という言葉を聞いた事がありますか？「心の基地」とは、【不安になったときに安心して戻れる心理的な拠点】を指す言葉です。「心の基地」があると、そこで疲れた心を休ませつつ、また外の世界へ向かう力を取り戻していく事が出来ます。頑張らなくても自分を受け止めてくれる場所、とても安心できますよね。

保育園では、よく０・１歳児さんのお子さんへ『先生はここでずっと見ているから、安心して遊んでおいで』と背中を押す保育士の姿が見られます。保育士でなくとも、玩具や絵本、場所を通して落ち着けるものがあれば、それをその子の「心の基地」として受け止め、安心するまで見守ることもあります。

「心の基地」となる人物や物は、成長に伴い少しずつ心の中に取り込まれて目に見えない状態であっても心の中にあり続ける存在となっていきます。ご両親や保育士、大好きな玩具等、いつでも思い出して安心し、外の世界へと向かう為の特別な原動力そのものです。意識できないかも知れませんが、私たち大人の心の中にもちゃんと存在します。初めはお母さんの姿が見えずに泣いていた子も、少しずつ外の世界との関りを深め、やがて力強く歩んでいきます。

子ども達それぞれの確かな歩みを、少しずつ見守っていきたいですね。