

アクセスマップ

「くじらしま」は、昭島市内の以下の3園で開催している地域の子育て支援事業です。

<p><b>たまほいくえん</b> 〒196-0033 東京都昭島市東町 5-1-40 ☎ 042-544-1151</p>	<p><b>なかがみほいくえん</b> 〒196-0025 東京都昭島市朝日町 5-4-17 ☎ 042-545-0255</p>	<p><b>イコロ昭和の森</b> 〒196-0002 東京都昭島市拝島町 4041-1 ☎ 042-545-0156</p>
		

KUJIRASHIMA・CONTENTS

子育て支援コンテンツ

「くじらしま」ではさまざまな子育て支援活動を行っております。地域で子育てをしている方はどなたでもご参加いただけます。(※スケジュールは中面をご覧ください。参加にはメンバー登録が必要なものもございます。メンバー登録はホームページ、または直接園にご連絡ください。)


<p><b>イベントパーク (行事体験)</b> 園の行事に参加、体験いただけます</p>	<p><b>デイリーパーク (体験保育)</b> 親子で日常の保育生活を体験 (お子様の給食有。無料)</p>	<p><b>子育てワークショップ</b> ミュージックダンス、わらべうた、食育、子育て広場、子育てサークル</p>
<p><b>たまごパーク</b> 妊婦さんや0歳児が対象の遊び場。身体測定も実施。</p>	<p><b>ひよこパーク</b> 在園児以外のお子さまが対象の遊び場です。</p>	<p><b>育児相談 (随時受付)</b> 各園にて受付しています。時間をご相談ください。</p>
<p><b>園内見学 (随時受付)</b> 各園にて受付しています。時間をご相談ください。</p>	<p><b>一時預かり保育 (有料)</b> 地域のお子さまを対象に一時保育を行っています。受入れには所定の手続きが必要となり、また入所の定員等に空きのある場合で園に余裕がある場合に限り。詳細はお問合せください。</p>	

多摩育児会の子育て支援事業「くじらしま」は昭島の子育てを応援しています!

こそだておうえんマガジン

# くじらしまだより



	SUMMER ESSAY	.....01
	こんなことあんなこと一夏の行事	.....03
	てがきコラム「パパママえほんよんで」	.....04
	よくある質問「早寝、早起き、朝ごはん」	.....05
	ASOBI IRO IRO「木育活動」	.....06
	きせつのコトコト「梅ジュース」	.....07
	ほけんのじかん「外遊びの注意」	.....08

2018 SUMMER  
**7-9月**



## SUMMER ESSAY

### 五感を使って

緑いっぱいの「イコロ昭和の森」は、もともと森だったところにできた園だけあって、タヌキを見かけたり、園庭や屋上の畑にもさまざまな昆虫や生き物がやってきて、こどもたちも日々の生活の中で、自然や生き物の息吹を感じて、過ごしています。

たとえば、雨の日には、雨だからこそその楽しみがあります。雨の香り、濡れた木の樹皮の模様の美しさ、なんともいえない触り心地、水たまりでの泥こんご遊び。特別な遊具や道具がなくても、子ども達にとってはすべてが発見や楽しみとなります。

実は私自身は、文京区生まれの新宿育ち。都会っ子で、自然に触れる機会もあまりなく、自然の楽しさを知らずに育ちました。

高校を卒業して保育を目指して通った学校では、先生に「自然を知らない人は、保育の仕事はできない」と言われたことがショックで、こと「自然」に関しては、劣等感を持っていたほどです。

そんな私が、いまこうして「自然」の素晴らしさに気がついたきっかけは、結婚し

て子どもが産まれてから。子育てを通じて子どもと一緒に、見たり、触ったり、聞いたり、味わったりしながら、はじめて触れた自然は、何も知らないところからのスタートでしたので、驚きと発見ばかり。毎日毎日、なにかがありました。

だから私は、こうした自分の経験を活かして、子どもたちには、昆虫や花などの名前を“言語”としての知識ではなくて、五感を使ってどう感じているかを、大切にしたいと思いつつ接しています。

例えば、子どもに何か聞かれたときは、すぐに答えを言うのではなく、「お部屋にある図鑑にのってたかな」と、なるべく言葉で邪魔しないように、子どもが自分自身で知る楽しさを導くようにしています。

梅雨が終ると、いよいよ夏到来です。外遊びや水遊び、自然の中で、大人も子どもも五感を使って楽しく過ごしましょう。

語り手：イコロ昭和の森 長友園長  
聞き手：小林未央



## こんなことあんなこと〈夏の行事〉

多摩育児会で行われている夏の行事をご紹介します。地域の方々との交流や、地域イベントへの参加など、子どもたちは園でたくさん思い出を作ります。  
(写真は去年の様子です。★マークは、園児以外の方も参加・見学できる行事です。)



### 稲作体験

6月2日(土) 新藤フォーム

今年度も近隣の田んぼをお借りして3園の年長児が集まり稲作体験を行いました。晴天の中、大人も子どもも裸足になり、歩きにくい田んぼの中を親子で手を繋ぎ作業をしました。バックをしながら稲を植えます。広い田んぼもみんなと一緒に作業をしたのですくなく終わりました。



### 七夕まつり

7月6日(金) イコロ昭和の森 ★

大きな笹が飾られたら、ワクワク・そわそわ。幼児舎の園児が2Fフロアを全面使用して、七夕まつりを楽しみます。毎年、何屋さんが出するかは年長「さくら組」の発案で「迷路やさん」「ヨーヨーやさん」「あてやさん」など、企画・制作、当日のお店番まではりきって務めてくれます。インファントコミュニティーのお友だちは親子で参加を楽しみます。



### くじらまつりパレード

8月5日(日) 昭島市内 ★

毎年8月に陸上競技場にて行われる「くじらまつり」は昭島のお祭りです。多摩保育園では4、5歳児、卒園児が鼓笛隊として出場していました。今年度は中神保育園、イコロ昭和の森の5歳児親子も一緒にパレードに参加します。ぜひ、みなさんで応援に来てください。※今年の「くじら祭り」は8月4(土)～5日(日)開催予定。くじら祭りは地域の方もご参加頂けます。



### 特別防災訓練

9月4日(火) イコロ昭和の森 ★

園では毎月防災訓練があります。年に一度、保護者の皆様にも協力していただき、広域災害を想定しての特別防災訓練(引き取り訓練)を行います。避難時の待機場所を設営し、その中で待機したり、炊き出しでの非常食の試食もあります。もしもの時の大切な訓練を園児全員が参加し、職員が一丸となり取り組んでいます。



# パパ ママ えほん よんで

あからちゃんはいまが大好き。絵本はコミュニケーションの急の恰好のツールです。優しく語りかけるように繰り返して読んであげてください。リズムの心地よいものをおすすめします。



1さい：ハイハイから伝い歩きあ、という間にひとり歩きをはじめ成長の早さに驚かされる頃です。好奇心を刺激する楽しい絵本がおすすめです。



2~3さい：少しずつことばが増えおしゃべりが楽しめる頃です。親子で会話を楽める発見のおもしろ絵本がおすすめです。

4~5さい：イメージがいろいろ想像の世界を楽しむことが出来る頃です。ワクワクドキドキできるようなおはなしがおすすめです。



6~7さい：たくさん絵本を読んでもらった経験の積みかさねから世界観は広がり今とその時代を自由に行き来して楽しむことができるようになります。大きくなたから自分で「なんて言わないで」読んであげてくださいね。



年齢の小さい子どもたちは安心して大人のお話の上で温もりを感じ背中から伝わる間を覚悟の声に身を傾け絵本に見入っています。年齢のおおきい子どもたちはお友だちと一緒にお互いに発見したことをおしゃべりしながら楽しんでいきます。絵本から、やがて絵の無いお話し、想像の世界で自由にはばたける経験を積んでほしいと思います。

よくある質問お答えします

## Q & A

### “早寝、早起き、朝ごはん”

Q. 早寝早起きは何時？

A. 朝は6時から7時くらいには起きて、夜は20時から21時までには寝させるのが理想的です。特に0, 1歳は十分な睡眠が必要です。大変だとは思いますが、20時頃から寝る準備が出来るといいですね。

Q. 朝ご飯はなぜ食べるの？

A. 朝ごはんは脳と体の目覚まし時計です。一日元気で過ごすためによく噛んで食べましょう。よく噛むことで腸や大腸が動き始め、朝の排便習慣にもつながります。

Q. 早寝早起きのコツは？

A. 眠くなくても決められた時間に布団に入って、入眠準備をする事です。最初は眠れないかもしれませんが、続けていくと次第に時間がきたら眠くなるので、ぜひ実践してみてください。

#### ヒント

#### 「絵本の読み聞かせ」

決まった習慣があると子ども自身が「もう寝る時間」と分かるようになります。ぜひ、絵本を使って早寝早起きの習慣を作ってみてください。

おすすめの絵本が載っています。↓



〇月〇日、たま-CANPにて。みんなで早起きをしていっしょに食べる朝ごはんは格別です！



ASOBI IROIRO  
あそび  
VOL.2  
木育活動

「木育」という言葉は2004年に北海道で生まれた言葉です。木を使うことから離れてしまった今、小さな頃から森や木と触れ合うことで、人と自然の繋がりを自ら考えることのできる豊かな心を育む活動です。

保育園では、木の温もり溢れる優しい環境と玩具や遊具を取り入れています。室内には、奥多摩の木で作った丸太の椅子があります。みんなで力を合わせ皮を剥ぎ、紙やすりで磨きました。「いいにおい！」と匂いを嗅いでみたり、座っています。また、手作りのバスルや棚、園庭にはツリーハウス、ウォールクライミングと毎日の生活の中に木に触れる機会がたくさんあります。

戸外活動では散歩先で見つけた「どんぐり」や「松ぼっくり」、木の枝を使った作品作りなどを通して、木に親しむ活動にも取り組んでいます。

五感を使った木育の実践として、親子で楽しめる「たま-CAMP」を春・夏・秋・冬の年4回行っています。奥多摩の大自然の中で、木々の揺れる音を聞きながら山登り、川で水に触れたり、外での食事を味わうなど、自然の中だからできる活動をしています（このページの背景の写真は今年の様子です）。自然に触れる中で子どもたちの興味はどんどん広がり、また、季節の移り変わりを感じたり、自然と共に生きる知恵や自然への感謝の気持ちを持てるようになればと思います。

このようにさまざまな体験や木に触れることを通じて、人や物を大切に思いやりのある豊かな心を育てています。大人も一緒に木育を学ぶということがとても大切だと思います。ぜひ、お子さんと一緒に木育を楽しんでみてください。



木育を学んでみよう！  
「赤ちゃんからはじめる木のある暮らし」親子でウッドスタートBOOK（著：東京おもちゃ美術館／幻冬舎）  
入門書としておすすめ。木のぬくもりのある暮らしや木のおもちゃ、身近なあそびのヒントなどが、たくさん載っています。



きせつのコトコト  
“梅ジュース”

毎年、園庭の梅の実が地面にコロソ…と転がり始めると子どもたちが梅の木を見上げ、「梅ジュースを作ろうと収穫の時期を知らせてくれます。梅の実をカゴいっぱい収穫したら、砂糖と梅の実を交互に入れて…全部入ったら完成。今度は梅のジュースが出来上がることを楽しみに毎日、冷蔵庫に観察に行きます。出来上がったジュースは、プール開きの日にみんなで飲みます。美味しい笑顔でいっぱいのプール開きとなります。



+ ほけんのじかん +

夏は思いっきり外遊びを楽しめるシーズンですね。夏のアウトドアで起こりやすいアクシデントについてまとめました。いざという時に備えて、予防策や応急処置の基本を知っておきましょう。

●熱中症

夢中で遊んでいるうちに熱中症になってしまうこともあります。喉が渇く前にこまめに水分摂取することが大切です。熱中症の症状が出てしまったら、涼しい場所で身体に冷たいものをあてて冷やしましょう。



「外遊びの注意」

●海や川でのアクシデント

海辺や河原では、裸足でガラスを踏んでしまったり、石や草などで皮膚を傷付けてしまう危険があります。傷に砂利やばい菌が入ったままだと感染してしまう恐れもあるので、水でしっかり洗い流しましょう。傷が深い場合は受診してください。

●ハチや害虫

ハチに刺されたときに怖いのはアレルギー反応です。発疹や嘔吐、息苦しさなどの症状が出たら救急車を呼びます。そうでなければ流水で洗って患部を冷やせば毒の吸収を抑えることができます。また、毛虫などの害虫に接触し、強いかゆみや蕁麻疹などの症状が出た場合も、流水で患部を洗って冷やしましょう。