

アクセスマップ

「くじらしま」は、昭島市内の以下の4園で開催している地域の子育て支援事業です。

たまほいくえん

〒196-0033
東町 5-1-40
☎ 042-544-1151



イコロ昭和の森

〒196-0005
代官山 1-2-2
☎ 042-545-0156



「くじらしま」ではさまざまな支援活動をしています。地域で子育てを行っている方は、どなたでもご参加いただけます。 詳細は、右のQRコードより、ご確認ください。

園内見学については、ご予約サイト「東京都保活ワンストップポータルサイト」、「えんさがそつ♪」、または「hoicil（ホイシル）」をご利用ください。 ※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

[発行] 社会福祉法人多摩育児会 〒196-0033 東京都昭島市東町 5-1-39 ☎ 042-519-5597

<https://www.tns.or.jp>

子育て支援
コンテンツ

イベントパーク（行事体験）

園の行事に参加、体験いただけます。

デイリーパーク（体験保育）

親子で日常の保育生活を体験（お子さまの給食有。無料）

子育てワークショップ

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。

たまごパーク

妊娠さんや0歳児が対象の遊び場。身体測定も実施。

ひよこパーク

在園児以外のお子さまが対象の遊び場です。

育児相談（随時受付）

各園にて受付けています。
時間はご相談ください。

園内見学（随時受付）

予約サイト（※下部参照）からご予約ください。

一時預かり保育（有料）

地域のお子さま対象です。詳細は各園へお問合せください。



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



おうちでできるシリーズ02
インタビュー 鈴木純さん04
ミナバもくせいのもりの植物観察05
中神保育園のこそだてコンテンツ紹介06
ほいくの4コマ「まつました！」07

2025-26 WINTER

1-3月



モンテッソーリ教育



[準備するもの]

- 靴ブラシ（100均のタイルブラシなど、持ち手があり、先がブラシになっているもの。子どもが使いやすいサイズ）



1 ひとりでできるかな？ 靴をきれいにする

[この活動のねらい]

- 靴をきれいにするやり方を知り、実際にやってみる
- 自分の持ち物を大切にする気持ちを育てる
- 体を使って動きながら、考えて行動する力や「自分でやろう」とする気持ちを身につける

この活動は子どもが日常生活の中で「自分のことを自分でできるようになる」ための練習です。

着替えをしたり、鼻を拭いたりといった身の回りのことを少しずつ自分でやってみることで「自分でできた」という自信を育てていきます。

これまで大人にやってもらっていたことも、成長とともに自分でできるようになる時期が来ます。そのためには体の成長だけでなく、気持ちの成長も大切です。

一度できたからといっていつも必ずできるとは限りませんが、心と体の準備が整ってくると自然と一人でできるようになっていきます。

[やり方]

- ①道具を玄関に準備
- ②きれいにしたい靴を用意
- ③ブラシを持って、片手を靴の中に入れてブラシをかけていく
- ④もう片方をきれいにする
- ⑤靴を片付ける
- ⑥道具を片付ける
- ⑦手を洗う



[ポイント]

- 玄関に靴ブラシをぶら下げるおこだけOK。
- 外遊びから帰った際、靴に砂が付いていたら、玄関でブラシを使って砂を落とす様子を大人が子どもに見せましょう。
- 靴をきれいにすることに慣れてきたら、「ほうきを使って落ちた砂を掃く」「靴を水で洗う」など、ステップアップしていくのがおすすめです。



おうちでできるシリーズ 冬をたのしむ 1・2・3



からだを動かそう！

2 心も体もポカポカに♪ おうちでできる親子体操

寒い季節、おうちの中で過ごすことが多くなりますが、元気に外で遊びたい日にも、ちょっとした体操を親子で取り入れてみませんか？今回、コスモスポーツクラブの先生にご協力いただき、ご家庭でできる「親子体操」を動画でご紹介します！



お部屋でのリフレッシュはもちろん、「今日は外で遊

ぼう！」という時のウォーミングアップとしてもぴったり。

左下掲載のQRコードから、先生のお手本動画をいつでもご覧いただけます。親子で一緒に体を動かすことで、寒い日でも体がポカポカに。外遊びの前に準備体操をすることで、けがの予防にもなります。

毎日のふれあいタイムや、お出かけ前の楽しいひとときとして、ぜひ活用してください♪

※ QR コードは（株）デンソーウェーブの登録商標です

つくっておでかけ！ おさんぽバッグ



[用意するもの]

- 1ℓまたは1.5ℓの炭酸飲料系のペットボトル（表面の凸凹していないもの）
- マスキングテープ
- カラーフィルム
- ノリ
- カッター
- ハサミ
- 穴あけパンチ
- ひも



- ①ペットボトルを底から10cmぐらいの高さで切る。
- ②切り口をマスキングテープで覆う。
- ③ペットボトルの表面にカラーフィルムや、マスキングテープを貼っていく。
- ④貼れたら、ペットボトルの側面に穴あけパンチで穴を開ける。
- ⑤開けた穴にひもを通して完成。





WINTER INTERVIEW

ミナバもくせいのもり ● 植物観察家 鈴木 純さん 「わからないからおもしろい、植物観察」

多摩育児会では、さまざまな外部講師をお迎えして子どもたちの体験活動を行っています。今回はミナバもくせいのもりで子どもたちと「園庭」をフィールドに植物観察を行ってくださっている鈴木純さんにお話をお聞きしました。

Q: はじめに鈴木さんについて教えてください。

鈴木さん：僕は新宿生まれで都会育ちなので、子どもの頃、父が小笠原に単身赴任していたので夏休みなど長期休暇は小笠原で過ごしました。植物や自然に興味を持ったのは、東京農業大学で造園学を学んだことがきっかけです。大学卒業後は、環境問題に関心があったので青年海外協力隊として中国で2年間砂漠緑化活動に従事した後、帰国して旅行会社で野生植物専門のツアーガイドの仕事をしていました。現在は、まちの中の身近な植物を対象とした植物ガイドをしながら、書籍や絵本の執筆を行っています。僕の中では「まちの中の身近な植物を観察する」ということは広い意味で環境問題への取り組みにもつながっています。

Q: 今回のプロジェクトについて教えてください。

鈴木さん：ミナバもくせいのもりのプロジェクトでは、園庭や園周辺の身近な植物を観察し、子どもたちが自分で植物を見つけ、その特徴を図鑑の写真と比べながら確認する活動を行っています。自分で見つけたり気づいたりして理解で

きたときが、本当の知識になる瞬間です。人から聞いたり、本やテレビで見た情報だけは、自分の本物の知識にはなりません。

Q: 子どもたちとの活動で大切



にしていることはなんですか。

鈴木さん：子ども向けの観察会は、子どもによって反応が違う、何が起こるかわからないところに難しさと面白さがあります。僕が大切にしていることは、植物を見せようとするのではなく、まず子どもたちの前で自分から動いて「植物を見る人」を見せるということです。

植物を見つけ形を見て、図鑑の絵と実物を見比べる姿勢を見せること。それを見て子どもたちが同じように自分でやってみると、植物に興味を持つきっかけになればいいなと思っています。

Q: 読者へのメッセージをお願いします。

鈴木さん：大人や親が植物について「知らない、知識がない」ということは子どもたちにとってはあまり関係ありません。子どもたちは植物の名

前が知りたいわけではなく、正解を求めていません。自分で見つけた植物を自分の指でつまんだ瞬間、その植物への興味がわき、自分で見つけた植物を大人に教えたい、意思表示をしたいという気持ちになります。大切なのは、大人と子どもが一緒に植物を見て、図鑑で調べること、一緒に疑問を持つこと。「植物観察」を通じて一緒に何かをするという、コミュニケーションです。調べてみてわからなくても良いのです。むしろ、植物はわからないから面白いんです！ぜひ、大人も子どもと一緒に「植物観察」を楽しんで欲しいです。



活動の目的

身近な植物に興味を持ち、友だちと協働して調べたり、発見したことを表現・共有する楽しさを味わう。

発見を楽しむ！

保育者が「みんなで調べてみよう！」と子どもたちに声をかけ、図鑑やデジタル顕微鏡を用意しました。

花や葉の色や形、大きさなどの違いから植物の名称を図鑑から特定したり、顕微鏡で観察をして表面の様子やそれぞれの葉の違いなどを友だちと伝え合っていました。多くの植物を知る中で違いや特徴に気づき、面白さを感じていました。



探究心、好奇心の芽生え

園庭遊びやお散歩中に遊びながら気に入った草花や木の実などを拾って園に持ちかえることが多い中、子ども同士で「何で名前の花だろう？」、「形が違う葉っぱだね」など植物に興味を示す姿が見られるようになりました。



自然活動

植物観察 ～草っておもしろい！～

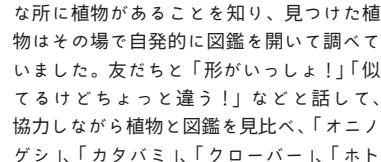
観察会で

「見て、調べて、知る」を経験



植物観察家の先生をお招きして子どもたちと一緒に植物観察会を開催しました。

「みんなは植物って知ってる？」というお話をきっかけに、どこに植物が生えているかを探すところから活動が始まりました。園庭の端や滑り台の下、通路の脇など、色々な所に植物があることを知り、見つけた植物はその場で自発的に図鑑を開いて調べていました。



活動からの 学びと成長

野草にも多くの特徴がある面白さを感じ、さらに探究心を育む様子が見られるようになりました。きれいにちぎれる葉（ヤハズソウ：写真右上）の特徴を把握して、遊びの中でそれを千切って楽しそうに並べたり、他の葉も千切って比べるなど、様々な植物に興味が自然と広がりました。



園庭の野草を観察する中で、図鑑と実際の植物をその場で見比べるといった、これまでにはなかった活動にも強い関心を示し、友だちと協力しながら意欲的に取り組む様子が見られるようになりました。

また、子どもたちは通路に生えている野草にも興味を示し、その場で観察活動を始めるなど、主体的に学ぶ姿も見せています。今回の活動を通して興味や探究心が芽生えたことで、子どもたちの視点が広がり、活動の幅も一段と豊かになったと感じています。



昭島市内の妊婦さん、未就園児を子育て中のみなさんへ

中神保育園の子育てコンテンツ

当法人では地域の子育て支援事業「くじらしま」を4園（多摩保育園、中神保育園、イコロ昭和の森、ミナバもくせいのもり）で実施しております。今回は中神保育園で取り組んでいる子育て支援事業の中から「イベントパーク（行事体験）」をご紹介します。

イベントパーク (行事体験)

中神保育園のイベントパークは、保育園に通っていないお子さまを対象に園の行事に参加することができる子育て体験です。

「運動会」、「夕涼み会」などの季節の行事を開催して地域の皆さんにご参加いただいております。行事予定やお申し込み方法は、ホームページからご確認いただけます。

(右のQRコードよりアクセスできます)



運動会



夕涼み会

体験して得られること

◎子どもの社会性を育む

地域の方々との関わりを通して、社会性を育み、地域社会とのつながりを実感できます。

◎親子の学び

親子一緒になって保育園の雰囲気を感じ、保育園の雰囲気を感じ、季節の行事などを体験できます。

◎多様な文化や伝統に触れる

行事を通して、地域の文化や伝統を体験することができます。

◎感性や創造性を刺激する

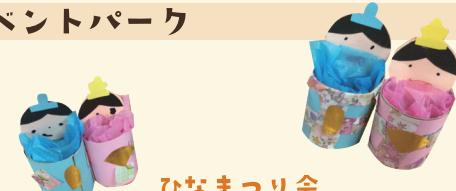
季節の行事を体験したり、感性や創造性が育まれます。

※ QR コードは(株)デンソーウエーブの登録商標です



節分会

節分の由来など節分に関する学び、鬼に見立てたモルック遊びなどを楽しんでいます。



ひなまつり会

雛人形を飾り、由来のお話を聞いたり、うたを歌つたりしながら、ひなまつり制作をして楽しめます。



ごあんない

一時預かり保育(有料) のご利用について



地域の子育て中のご家庭を対象に、一時的に保育が必要な方のおさまをお預かりしています。お仕事が入ってしまった時や、病院を受診したい時、リフレッシュしたいと思った時などにご利用いただけます。

〈利用者の声〉

用事ができて「どこに子どもを預けよう」とインターネットで探していたところ、一時保育の情報を見て「これだ!」と思い、早速連絡しました。

体験保育を申し込み、親子で園の様子を実際に体験して知ることができたので、安心しました。その後、利用日を相談させていただき、安心して一時保育を利用することができました。

ーご利用を希望の方へー

お申し込み方法やその他のお問い合わせについては各園（連絡先は裏表紙参照）までご連絡ください。

ご予約サイト「東京都保活ワンストップポータルサイト」、「えんさがそっ♪」、または「hoicil（ホイシル）」をご利用ください。



日々是保育

まつました！

園でのできごとを多摩育児会の保育士が4コマまんがでお伝えします！

