



たかといちどいだよい

令和6年10月 第108号
たかといちどい保育園

暑さ寒さも… そして秋

宮田 孝一

二十四節気は秋分に入り、朝夕は過ごしやすくなってきました。「暑さ寒さも彼岸まで」、このことわざも、まだ死語とまでは言えないようです。郊外ではススキの穂が開き始め、街中の草むらから虫の音が聞こえてきます。もしかすると、毎年少しずつ短くなっているかもしれない「秋」が近づいています。

萩（ハギ）、尾花（オバナ=ススキ）、葛（クズ）、撫子（ナデシコ）、女郎花（オミナエシ）、藤袴（フジバカマ）、桔梗（キキョウ）が「秋の七草」です。始まりは、万葉集に収められた山上憶良の歌から、とのことなので、1300年前になります。この中で、ハギやススキはよく見かけますが、オミナエシやフジバカマとなると、そうそう見つかるものではありません。

ここで、秋のマイブームの一つを紹介します。それは、「アサギマダラ」です。越冬のため長距離を移動する渡り蝶で、北日本や高い山などに生息し、秋になると沖縄・南西諸島や台湾などへ移動します。なんと、2000 kmも飛ぶ個体もあり、「旅するチョウ」とも言われています。鮮やかな浅黄（あさぎ）色をした蝶が乱舞する姿に、すっかり魅了されてしまいました。

この蝶が、唯一好んで蜜を吸いに来る花が、フジバカマです。神戸市内で観ることができるのは、摩耶山天上寺の庭園、六甲山高山植物園、離宮公園などですが、身近なところでは、東須磨小学校西側の市民花壇に、昨年初めて飛来しました。

SNS上にも飛来速報が掲載されていますが、9月24日長野県小諸市、9月26日群馬県渋川市赤城自然園、9月27日六甲山高山植物園に飛来したとの記事がありました。神戸では、毎年10月初旬がピークで、中ごろには飛び去ってしまうようですが、今年は少し早まっているのかもしれない。今週末に見逃すと、一年間お預けになりそうなので、早速段取りをつけようと思います。

最後に、山上憶良の歌を一首ご紹介します。

銀(しろがね)も 金(くがね)も玉も 何せむに まされる宝 子に如(し)かめやも



10月の予定



親子ふれあいデー（3.4.5歳児）	4日（金）		
救急訓練	7日（月）		
いもほり遠足（4.5歳児）	8日（火）	予備日	28日（月）
誕生会	9日（水）	避難訓練	10日（木）
発育測定	15日（火）～17日（木）	交通安全教室（3.4.5歳児）	23日（水）
5歳児交流会	29日（火）	5歳児園外保育（音楽会）	30日（水）
体育あそび	3日（木）・15日（火）・28日（月）		



あつあつ



入園してから中期食、後期食とすすみ、9月からは全員完了食へ移行し、色々な食材を食べられるようになりました。今は、口へたくさん入れたりこぼしたりしながら、少しずつ一口量を覚えているように思います。スプーンで掬ったり、両手マグをもって自分で飲んだりする子どもも増えてきました。毎日様子を見守りながら「おいしいね」「次はどれを食べる？」など食べることに興味、関心をもてるような会話を工夫しています。これからも“自分で食べたい”気持ちを大切にしながら、一口量を伝えたり手を添えたりなど、一人ひとりに合った援助をしていきます。

最近、友だちに興味をもち声を出しながら傍に行き、友だちに触れたり、同じ遊びをしたりして遊ぶようになりました。子ども同士のやりとりを見守り、保育士も一緒に楽しみながら友だちと関わる喜び、気持ちが通じる楽しさが感じられるよう配慮していきます。



パクパク
おいしいな



今月のねらい：友だちに興味をもち一緒に遊ぶことを喜ぶ



うたうた



先月はドーナツやジュースを使ったお店屋さんごっこをしました。初めは、指を差して「これー」と食べたい物を知らせていたのが、回数を重ねていくと保育士の真似をして「ドーナツください」や「ぶどうジュースください」など少しずつ言葉で表現するようになってきました。食べる時も「いただきます」と挨拶をして「おいしいね」と感想も言い楽しんでいました。言葉がどんどん豊かになり、友だちと顔を見合わせて、笑い合いながら楽しそうにお喋りもしていました。今後も、楽しかった喜びに共感し、言葉のやりとりを楽しめるようにしていきます。

生活面では、食後に自らタオルで口や手を拭き清潔にする子どもが増えてきました。拭き残しがないか確認したり、綺麗になったことを一緒に喜んだりして関わっていきたいと思います。



どれに
しようかな？



おいしいね



今月のねらい：手や口をタオルで拭き綺麗になる心地良さをを感じる



うたうた



先月からコップを使ってブクブクうがいに挑戦しています。うがいをする大切さや、うがいをするまでの流れなどを保育士が見本を見せた後、実際にうがいをしました。初めは難しく服が濡れてしまった子どももいましたが、傍で丁寧に仕方を伝えることで少しずつ分かってきて、服を濡らさずにブクブクうがいができるようになってきました。今後もうがいをする習慣が身に付くように、傍に付いて丁寧に仕方を伝えていきます。

今月は、音楽に合わせて身体をのびのびと動かせるような遊びを取り入れ、友だちと一緒に体を動かす楽しさを味わえるようにしていきます。



みててね！



できてる～？



今月のねらい：のびのびと体を動かすことを楽しむ



きりんグループ



9月は、片栗粉粘土や寒天遊びなどの感触遊びをしました。「つめたい」「プルプルしてるね」など、友だちと感触を伝え合いながら遊ぶことを楽しんでいました。カラフルな寒天にワクワクしながら好きな色を組み合わせ、自分だけのゼリーやアイスに見立てて、友だちとお店屋さんごっこをする姿もありました。様々な遊びを子どもたちが展開しているので、引き続き言葉を添えたり、環境を整えたりして遊び込めるようにしていきます。

10月は、一人ひとりが衣服を脱いだ際に丁寧に畳む習慣がつくよう、傍について一緒に畳んだり、見本を見せて丁寧に畳めた時は十分に認めたりしていきます。



みて！
ゼリーだよ！



今月のねらい：衣服を丁寧に畳もうとする



うさぎグループ



生活の流れがしっかりと分かってきた子どもたちは、着替えの際に服をきれいに畳もうとしたり、きちんとボタンを止めることを意識したりする姿が見られます。制服のスカートを履くことが難しかった子どもも「みてね」「こっちむきであってる？」と確認しながら自分で最後までしようと取り組んでいます。年上の子どもたちは、カバンの中に畳んだ服を丁寧に入れたり、自分のロッカーの中もきれいにしたりする姿が多く見られるようになってきました。自分で身の回りのことを丁寧にしようとする姿を十分に認めたり、さりげなく援助したりして関わっていきます。

今月は、動物をテーマにしたすごろく作りをする中で、みんなで話し合ったり協力したりして遊ぶ楽しさが味わえるよう援助していきます。



ひとりで
きれいに
なったよ



今月のねらい：友だちと話し合ったり協力したりしながら遊ぶことを楽しむ



ぞうグループ



「タワーをつくろうよ！」「おおきいおうちもいいなあ」など、5歳児が中心となって話し合い、3チームに分かれて積み木で遊びました。作っては何度も倒れてしまう積み木に苦戦する様子も見られましたが、「そっちやってくれる？」「積み木もってきたよ！」と、子どもたち同士で声をかけ合って、協力する姿もありました。仲が深まってきたからこそ、色々と意見を交わすことが増えた子どもたち。今後も協力して活動できるよう、子どもたちの意見やアイデアを大切に受け止めていきます。

今月は、日頃使っているおもちゃや、身の回りの物を大切に使い、きちんと片付けられるよう、子どもたちと一つひとつ確認をしたいと思います。

今月のねらい：丁寧に片付けをする

たかく
なってきたね



かんせい！



《 春夏秋冬・旬の食材を知る 》

9月は“旬の食材について”の話をしました。まず初めに“旬”について質問すると、ゆめ組の子どもから「おいしいじき」と大正解の答えが返ってきました。“旬”とはその食材がおいしく栄養に富んだ時期のことですね。他の子どもたちへもわかりやすい言葉を添えて伝えました。“旬”といってもイメージしにくいので、春夏秋冬の季節の写真やイラストを掲示しました。

「3、4、5、月生まれのお友だち！」と声を掛け、「そのお友だちは春生まれです」と続けて、夏秋冬生まれの子どもにも伝え、季節を身近に感じられるようにしました。

最後に旬についてのクイズをしました。野菜や果物の写真のカードを思う季節に貼ってもらいました。「ハイハイハイ！」と元気に手を挙げていました。この夏、1階テラスで育てた夏野菜（トマト、ナス、きゅうり）は、わかりやすかったようです。難しいわかめやひじきも正解していましたよ！



今月はそら組、ゆめ組が秋を代表するさつまいもを掘りに行きます。これからも食育を通して子どもたちに様々な角度から「食」について伝えていきます。

ご家庭の食事に“旬”のものを取り入れ、親子で季節を感じ、美味しくいただいてみてはどうでしょうか？



《 我が故郷、高知県の愛すべきローカルグルメ 》



ご存じの方もいらっしゃると思いますが、実は私、高知県出身なんです。高校卒業までの18年間、南国土佐で育ってまいりました。近からず遠からずといった距離の高知県、意外と行ったことのない方もおられるのではないのでしょうか？そこで今回は、高知県のローカルグルメについてお伝えしていきます。

まず有名なのは、カツオのたたきですね。専用のタレなどをかけて食べるのが一般的ですが、通な食べ方は塩です。生姜や葱といった薬味をたくさん乗せて、荒塩を振って食べるたたきは格別です。また、須崎市で有名な鍋焼きラーメンもオススメです。鍋でぐつぐつと煮込まれたアツアツのラーメン、ちくわやゴロゴロのとり肉、卵、ニラなどが入っているのが特徴で、寒い季節にはぴったりです。そして個人的に外せないのが、県内のみで展開されている弁当チェーン店「くいしんぼ如月」です。ここには私の一押し「チキン南蛮弁当」があります。特徴は何といっても、大判の鶏肉を覆い隠すほどの特製オーロラソース。一般的なチキン南蛮とは見た目も味も大違いですが、これが本当に食欲をそそる味付けで、濃厚なソースに甘みと酸味が鶏肉にマッチし、大盛でもペロリと完食してしまうほどの美味しさです。地元に戻ったときには必ず食べる、大好きなお弁当です。他にも帽子の形をした「ぼうしパン」や、ゆずのドリンク「ごっくん馬路村」、素朴なお菓子の「ミレービスケット」、「芋けんぴ」、子どもの頭ほどの大きさがある柑橘「文旦」など、県民に愛される美味しい食べ物がいっぱいです。

最後に小話ではありますが、高知県といえば坂本龍馬。高知県人は何にでも龍馬の名前を付けがちです。「坂本龍馬記念館」は当然のこと、陸上競技場には「龍馬スタジアム」、空港には「高知龍馬空港」と、様々なところで龍馬の名前を目にします。そんな龍馬を愛して止まない人々と、素敵な文化がたくさんある高知県、ぜひ旅先の候補に入れてみてはいかがでしょうか？

伊藤 愛朗