

# キッズだより



令和7年1月 第34号  
たかといちどいきっす



## 子は親の鏡

著書ドロシー・ロー・ノルト

「和気あいあいとした家庭で育てば、子どもは、  
この世の中はいいところだと思えるようになる」

## あけまして おめでとう ございます

お正月休みは、どう過ごされましたか？ 私は、毎年恒例の紅白を見ての年越し、そして初詣。後は、寝正月でした。子どもの頃は、祖母の家に親戚が集まり、新年の挨拶をしてからトランプやカルタで大盛り上がりでした。大人数するババ抜きってなんであんなに楽しいのでしょうか？ そして大人たちが昔ばなしに酔いしれるのを「大人って…楽しそう」と見ていました。みんなで大笑いしていた風景を、今でも思い出します。毎年楽しみにしていた新年の集まりも、今は大人になり、その光景が見られなくなったので寂しいです。でも子どもの頃の体験が大人になってもいい思い出となっているのだと感じます。皆さんは幼少の頃、どんなお正月を過ごさせていましたか？ 子どもたちの正月も、きっと楽しい思い出になることでしょう。

キッズでは、0・1・2歳の子どもと20代から60代の大人と一緒に過ごしています。大きな家族の雰囲気の中で、笑ったり泣いたり、時にはケンカしたりしながら、毎日楽しく過ごせるよう保育していきたいと思っています。今年もどうぞよろしくお願いいたします。 北坂 美知子



## 新年の抱負



美知子：毎日HAPPYを見つけ笑って過ごす

仁子：断捨離をして、部屋をすっきり綺麗にする

このみ：好きな花を定期的に飾って丁寧に暮らす

涼香：得意料理のレパートリーを増やしていきたい

珠輪羅：家の掃除、整理整頓をさぼらないようにする

暁子：欲を出さず平穏・健康・笑顔で過ごす

光恵：よく食べよく眠り、体調を崩さず健康に過ごす

志織：ミニマリストで時間と心にゆとりをもつ

久恵：子どもたちと同じ目線で視野をひろげる

今年もよろしくお願いいたします

## 1月の予定



誕生会	9日(木)	救急訓練	14日(火)
内科健診	16日(木)	避難訓練	17日(金)
体育あそび	23日(木) ※2歳児のみ		
発育測定	24日(金)	保護者会・講演会	25日(土)





あわわ・ひからびみ



12月は、鷹取駅北公園で拾ってきたどんぐりを使ってクリスマス製作をしました。どんぐりを見せると、大事そうに握りしめ嬉しそうにしていました。保育士が「くっつくかな？一緒にしてみよう」と声をかけ、クリスマスツリーの形に切った色画用紙にボンドをつけると、どんぐりをそっとくっつけていました。「可愛いのが出来たね」と話しかけると、拍手して喜ぶ姿がありました。これからも、様々な素材に触れながら季節の製作を楽しみたいと思います。

食事の前や散歩後など、丁寧に手を洗えるように声を掛けながら、一緒に手を洗っていきます。



くっつく  
かな



べたっ



今月のねらい：保育士と一緒に丁寧に手を洗おうとする



ひからびみ



「散歩にいいこうね」と声を掛けて、靴下入れ・帽子入れを用意すると、自分のマークの場所から帽子や靴下を嬉しそうに取る子どもたち。自分で履きたい、難しいところは手伝ってほしい、という一人ひとりの思いを十分に受け止めています。さりげなく手伝ったり、靴下を履けた喜びに共感したりし、満足できるように関わっています。今後も、身支度ができるようひとり一人に合った援助をしていきます。

赤ちゃんの人形のお世話や、ままごと遊びをしながら会話することを喜ぶ姿が増えました。ごっこ遊びに誘い、会話することや表現することを楽しくするようにしていきます。



ぼうしみつけた！



ここをもって…



今月のねらい：保育士や友だちとごっこ遊びを楽しむ



ひからびみ



表現遊びでは、子どもたちの自由な発想を受け止めることで、全身を使って動物や虫の動きを表現するようになりました。「へび！によろによろする」「ライオンがいい」など、好きな動物や虫を保育士に伝え、表現することを楽しんでます。一緒に体を動かすと、隣に並んで嬉しそうに体を動かしたり、「みてみて」と保育士の手を引いたりしていました。これからも、一人ひとりの動きを認め共感することで、想像を広げながら体で表現することを楽しくするようにしていきます。

スプーンを使うことにも慣れ、保育士や友だちと楽しく食事をしています。少しずつマナーを意識して食事できるよう、スプーンの持ち方や椅子の座り方など、丁寧に知らせていきます。



へびみたい  
にうごくよ



ありはこうするの  
(触角を表現)



カメに  
へんしん！



どうぶつもおひるね  
するんだよ

今月のねらい：マナーを意識し、食事することを楽しむ



12月



先月からコップを使ってうがいを始めました。コップを出し入れする場所、水の量、うがいの仕方など、傍につき丁寧に伝えました。すると、コップを出し量を気にしながら水を入れ、うがいをする姿が見られました。うがいが終わると「できた」と満足そうに保育士に伝えています。外から帰ってきたらガラガラうがい、ご飯やおやつ後はブクブクうがいが習慣づくよう、仕方を繰り返し伝えたり見守ったりしていきます。

今月は、正月ならではの遊びを楽しめるよう、遊び方を伝えながら一緒に遊べるようにしていきます。



水を入れて

コップを出して



ぶくぶく



拭いておしまい

今月のねらい：正月ならではの遊びを楽しむ



### 《アサイーボウルを食べて健康に！》



私事で申し訳ないのですが、5月に入籍しました！保育園では旧姓のまま働いているので、新しい苗字になかなか慣れないままです…(笑) 10月に新婚旅行に行ってきました。場所は憧れのハワイ！行くと決めた日から、ネットサーフィンがとまりません！「ハワイ 食べ物」で検索すると、一番ヒットしたのがアサイーボウル。流行っていることは知っていましたが、食べたことはありませんでした。アサイーボウル好きの友だちに聞くと、「少し癖のある味が好みが分かれるかも…」と言われました。実は、食わず嫌が多い私。でもせっかくハワイに行くなら食べたほうがいいと思い、まずは友だちが教えてくれた神戸市内の店に行くことにしました。食べてみて美味しさに感激しました！ポリフェノール・鉄分・食物繊維など、たくさんの栄養素が含まれていて、お肌にも健康にも良いようです。ただ、食べ過ぎは注意です(笑) フルーツの甘味とアサイーの酸味が組み合わせあったアサイーボウルのおすすめのお店を、3つ紹介します。



まず、元町にある「THE BEST CAFÉ」です。いつも行列ができていほど人気で、友だちに紹介されたのもこのお店です。私のおすすめは、ピーナッツバタートッピングです。フルーツの甘さとピーナッツバターが意外と合って絶品です！



次に、元町の高架下にある、「Anjel Bowls Kobe」です。このお店は、メニューが豊富でいつも悩んでしまいます。グランドメニューの中に、アサイーではなくヨーグルトベースのものもあります。アサイーベースは全制覇した私ですが、ヨーグルトは食べたことがないので、また挑戦してみたいと思います！



最後に、ハワイのお店「BOGARTS CAFÉ」です。日本とハワイのアサイーは味が違います。うまく表現できませんが、ハワイの方は、より本来の味が感じられて濃厚でした。また食べたいので、日本にも出店して欲しいと願っています。

調べてみると、神戸には他にもたくさんのアサイーボウルのお店があるようです。皆さんのおすすめのお店があれば、ぜひ教えてください！

早川涼香