

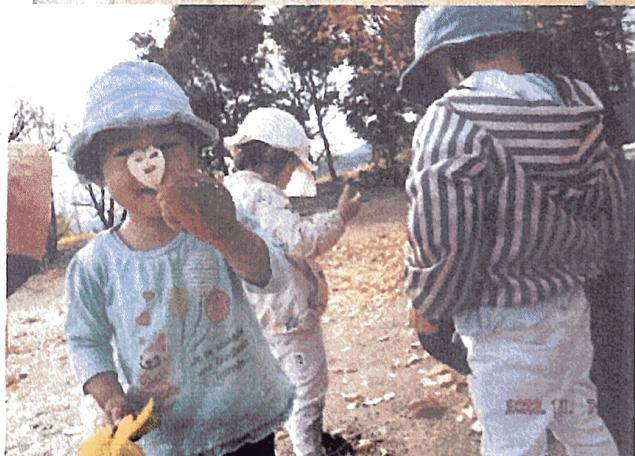
# やまのこ通信

山形やまのこ保育園

〒390-1301 長野県東筑摩郡山形村 7128-1

電話：0263-98-5522 FAX：0263-87-8790

落ち葉遊びを今年もたっぷりと楽しむ子どもたち。がんばったねパーティー・や焼き芋会のために、大きい子たちは落ち葉拾いや薪取りに出かけます。0歳児の子どもたちは、夕方寒くなると、トンネルくぐりやお人形で室内遊びを楽しんでいます♪



## 令和5年度 やまのこ通信第3号 もくじ

- ◇やまのこ運動会 ..... 2
- ◇がんばったねパーティー・焼き芋会 ..... 3
- ◇やまのこ給食のこだわり・お楽しみ食・おやつ ..... 4~5
- ◇やまのこまつり ..... 6
- ◇お散歩大好き(3・4歳児編) ..... 7
- ◇やまのこの好きなところ・レシピ紹介・掲示板 ..... 8

カラーでご覧になりたい方はやまのこ HPへ♪

<http://www12.plala.or.jp/yamagatayamanoko/>



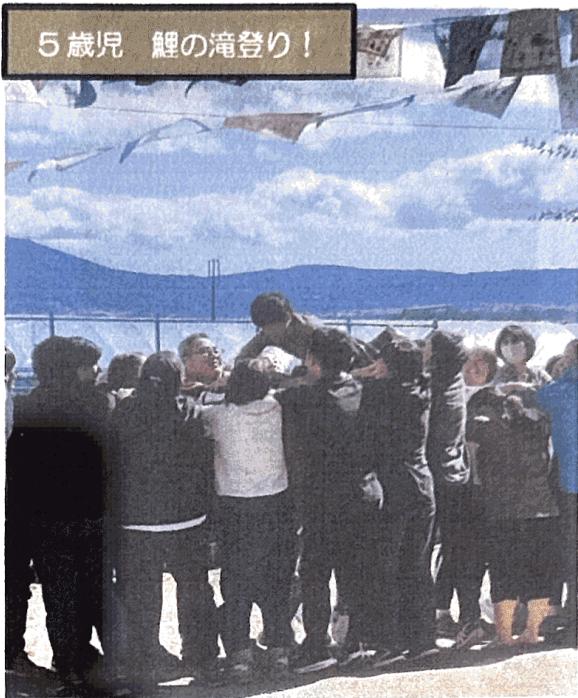
# 運動会

10月23日（土） 秋晴れのもと、みんながワクワクドキドキ楽しみにしていた運動会が開催されました！人数制限もなく、おじいちゃんおばあちゃん、兄弟も集まることができました。大勢の方に見ていただくことができ、大人の運動会も綱引きにリレーと大盛りあがりでした。

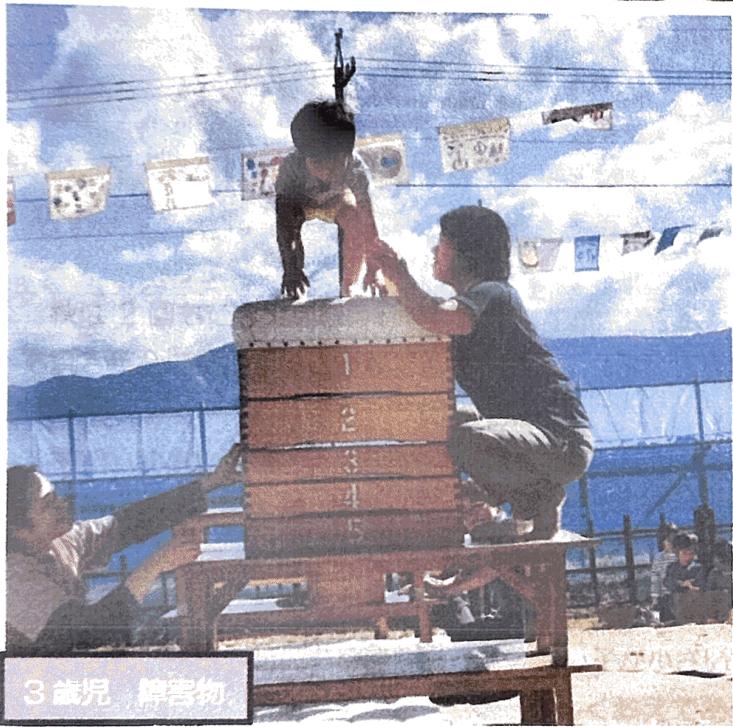
3歳児 かけっこ



5歳児 鯉の滝登り！



3歳児 障害物



3.4.5歳児 つな引き



1人ひとりの成長と頑張りを認め合うやまのこの運動会。特に障害物はそれぞれの持っている力に合わせて高さを調節したりする場面がよく見られます。「少し怖い、でもできるかもしれない！」という葛藤の中でも子どもたちが今出せる一番の頑張りを發揮して達成感を感じられることはとても素敵なことだと思います。緊張して泣いてしまう姿もありのままみんなが励まし、温かい目で見つめて気持ちを受け止めてあげることで自信に満ち溢れ、どの子もまた一つ大きくなったように感じました。我が子だけでなく、1人ひとりをじっくりと見ることができ、皆を愛おしく感じるやまのこの運動会は今年も温かいなと感じました。

## がんばったねパーティー

運動会をがんばった子どもたちと、がんばったお祝いにさんまと美味しい新米を食べるため、どのクラスも山や神社に行き薪を取りに行ってきました。すぎっぱも拾いに行って、今年もがんばったねパーティーが行われました！

がんばったねパーティーの時はクッキングがあり主に、2～5歳児の子どもたちがやっていましたが、今年度、初めて1歳児の子どもたちもキャベツちぎりとしめじさきに挑戦していました。



なあ、早く食べたいなあ」と心待ちにしてしていました。



さんまを網にのせるのも子どもたちが、大人に見守られながら行います。さんまが焼きあがるところが直接見られるというのは中々ないことなので、子どもも「早く焼けないかなあ、早く食べたいなあ」と心待ちにしてしていました。



## 焼き芋会

秋は2回もたき火を行う行事があります。焼き芋会はやまのこ広場があり、保育園に入っていない子も焼き芋会に参加することができますよ。この日も3家庭が焼き芋会に遊びに来てくれました！

毎年、前日から3. 4. 5歳児の子どもたちは自分の分のお芋と、小さい子の分、職員の分のお芋をあらってくれます。当日は1歳児は5歳児と、2歳児は4歳児と、焼き芋にするお芋を包みます。普段もお世話をしたり遊んだりしてくれるのですが、行事の時にも交流があって大きい子が小さい子に

優しく教えてあげたり手伝ってあげたりする姿は行事ならではかもしれません。その年に購入できるお芋や、保育園で収穫できるお芋によって味が異なります。今年はねっとり甘い安納芋とほくほくの紅あずま、2種類が混ざっていて美味しいお芋が食べられました！



# やまのこ給食のこだわり

「今日のおやつなあに？」やまのこ保育園では、保育園のど真ん中、園児から調理室が覗ける位置に調理室があります。毎日子どもたちは美味しい給食と調理風景を楽しみ、給食に興味を持ちやすい環境で生活しています。

食べることは生命を育てる土台とも言えます。また乳幼児期は食事をする習慣の基礎が作られる時期でもあり、一日の大半を保育園で過ごす子どもたちにとって給食は第二の親の味とも言えます。食べることを通して生きる意欲や精神的な健康を育てることにつながると考えています。やまのこ保育園は、開園以来、食べることには力を入れて取り組んでいます。

## 季節の色々な食材や料理に触れ、食べたいもの・好きなものを増やす

旬の食材を取り入れ、食材の味を活かした食事作りに心がけています。そして野菜が豊富な山形村ならでは、地元の野菜を使用し、地産地消にも心がけています。

また、行事食で季節感ある食事を提供し日本の伝統的な行事や食について食べる事を通じて学べるようにしています。



## 食べることの大切さや楽しさを伝えて食習慣の基礎を作る

保育園の畑で自ら野菜を育てたり、収穫し、調理して食べることで食べる楽しみや大切さなど意欲を育むよう取り組んでいます。また、様々な地域の郷土料理なども取り入れ、日本の食を伝えられるようにしています。



## 子どもに配慮した安心・安全でおいしい給食を提供する



発育・発達に必要な栄養を補えるような献立を作りています。食べやすくて目つぼくことを意識できるように、食材の切り方や調理の仕方にも工夫をしています。特に主食である米には質、固さ共にこだわっています。

現代、噛むことが下手な子や噛めない子が増えていると言われています。噛む力を育つよう献立や配膳にも気を配っています。素材そのものの味がわかるように薄味で、和食中心にバランスの良い内容になるよう心がけています。



食品添加物に気を配り、低・無農薬野菜を使用するように心がけています。そして何より楽しい雰囲気で食事ができるように心がけています。



## おやつ = “第4の食事”

おやつについては、成長期の大切な栄養を補う、”第4の食事”と考えて作っています。園の子どもたちは、よく体を動かします。おやつ後も外遊び、園外への散歩、夏はプールもします。夕食が19時を回ってしまう家庭も多いという実情もあり、おにぎりやお団子、蒸しパンやうすやき、野菜のたっぷり入った汁物など捕食的な内容にしています。子ども達には色々な食材に触れるよいチャンスと思って用意しています。

「食」を通して子ども達の心と体の健やかな成長を願い、日々給食つくりをしています。

## 特集

# お楽しみ食/おやつ

やまのこ保育園では郷土食や園での成長を祝う（入園・卒園など）行事食、お誕生日献立も大切にしています。昔から伝えられている行事やそれにまつわる食べ物は沢山あります。しかし、残念なことに、これらの行事や食事が家庭の食卓から消えつつあると言われています。園では行事毎の食事を盛り上げる食文化を、子どもや親に伝えていく事は大きな役目と考え、大切に取り組んでいます。

### 月

### 行事食

- |     |             |
|-----|-------------|
| 4月  | 初めの会～お祝い献立～ |
| 5月  | 子どもの日献立     |
| 8月  | 七夕献立        |
| 9月  | 十五夜団子       |
| 10月 | がんばったねパーティ  |
| 11月 | 焼き芋会        |
| 12月 | お楽しみ献立      |
| 1月  | 新年お祝い献立     |
| 2月  | 節分献立        |
| 3月  | ひなまつり献立     |
| 毎月  | お誕生日献立      |



◇チーズ芋餅 2個分材料・分量◇  
じゃが芋 80g 片栗粉 22g  
チーズ（キャンディーチーズなど）10g  
塩 少量 なたね油 適量  
しょうゆ 適量 海苔 2枚



芋の皮を剥いて蒸かす。  
蒸かし終えたら、すぐに潰して片栗粉  
を混ぜ、塩も入れ混ぜる。  
チーズは、小判型に丸めて中身に入れ  
込む。  
小判型に丸めて、油をかけてオーブン  
で焼く。  
焼けたら、醤油をぬり、海苔を巻いて  
完成！

おすすめ おやつ  
『チーズいももち』

# やまのこまつり

今年は、コロナ後初の春秋2回とも、お客様に来ていただきやまのこまつりを開催することができました。秋のやまのこまつりは晴天のもと、11月19日に約180名の来場者があり、大盛況のうちに終わりました。来場された皆様、本当にありがとうございました。

今回は、毎回恒例のバザー、ワークショップ、手作り作家さんの出店「天然石アクセサリーショップirmar」さん、「水引アート yu\_a little」さん、キッチンぽっかぽっかさんのお惣菜やお弁当。スローカフェマハロさん、シェモモによるスイーツ。ビオランドさんのパン。おやつやさんの焼き芋。

春に続き、やまのこ食堂がオープンし、カレーや飲み物の提供を行い、ゆっくり座っての飲食も楽しんでいただきました。父たちによる屋台の焼きそばも好評でした。他にも、植田鰹節店さんの削りたて鰹節と焼きおにぎりや農産物では、玉ねぎの詰め放題など盛り沢山のラインナップで開催させていただきました。



やまのこまつりでは、ワークショップ、クレヨンママさんによるパネルシアター、輪投げなど、子どもたちも楽しめる催し物も沢山あり嬉しいとのお声もいただき、楽しいやまのこまつりになったのではないでしょうか。ご来場ありがとうございました。

irmarさん 天然石宝探しに夢中



♪♪♪ 親子で作って楽しいワークショップも大盛況 ♪♪♪





# お散歩大好き！たきぎとり編



斜面遊び



## ～御岳お散歩～



たき木運び



### 「子の放走見つけだわ」

#### かっこう（3歳児）



かっこうさんは、距離のあるところでもよく歩くことができ、走ることも大好きでいっぱいに走ったりと散歩を楽しんでいます。

たき木拾いでは、初めての取り組みで御岳にも登りました。

最初は小枝から集め始めていくと、上のクラスのつばめさん、はやぶささんの大きなたき木を拾う姿に憧れ、かっこうさんも大きな太いたき木を探し、友だちと協力をして一緒に頑張って運んできました。また、山ならではの遊び、斜面遊びなどが凄く楽しくて、お尻で滑ったり、コロコロと横向きで滑ったりと滑っては登りを繰り返し楽しんだりしています。

#### つばめ（4歳児）



御岳へたき木とりに行ってきました。

今シーズン2回目ということもあり、祠の所まで登ると自分たちでたき木を集め始めました。「長いものを持ってきて帰りたい」というのがあり、相談しながら2本選び持ち帰ってきました。帰り道の途中から、たき木の重さ、疲れも出てきて「全然力出してないじゃん」と言いはじめましたが、大人が「ソーレ ソーレ」と綱引き風にかけ声をかけると少し元気回復してきたようです。

大人が「たき木を持つ場所を交代したら？」と提案すると「ちょっと元気になったから重い所と交代する？」などと子ども同士で声を掛け合って園まで運んで帰ってきました。

# やまのこの好きなところ

お散歩によく行くので足腰が強くなりそう☆

地元の野菜を使い、沢山野菜を出してくれるようで、家であまり食べない子にはありがたいのと、おやつもご飯の延長のような献立を出してくれるので嬉しい☆

丁寧に作られた給食

毎日の散歩

自然との関わり

運動会

給食が美味しい、食に力を入れているところ。

運動会で一人一人クローズアップさせてくれるところ。

父母一人一人の悩みや気持ちに寄り添って、子どもたちのために何が良いのかと一緒に考えてくれる。  
父母も学びながら一緒に子育てできるところ。

卒園して、何年経ってもやまのこに顔を見せに来てくれたり、応援してくれるOBがいて、縦にも横にも同じやまのこに通った仲間としてずっと繋がっていられる。



## 長芋の炊き込みおこわ

材料（4人分）

ぶつき米・・・1.5合 A  
もち米・・・0.5合 昆布・・・5cm  
長芋・・・160g 醤油・・・大さじ1

作り方

1 お米を炊く際、Aを加えた上で水をおこわの目盛に合わせる。  
\*昆布はお米を漫水させる時に一緒につけて戻し、

食べやすく切ったら一緒に炊こう。

2 長芋を加えて炊き上げる。  
\*長芋が潰れないように、下から優しく混ぜて下さい\*



### やまのこ掲示板

#### ●やまのこ広場

12月15日（金）：やまのこのお楽しみ会： 人形劇（朝日村ほっこり座）

（12月8日までに申し込みをお願いします。 ※給食なし）

開 始： 10時30分～（受付：10時15分～）

参加費： 100円

参加お待ちして  
おりまーす♪

#### お問い合わせ

やまのこ保育園 山形村 7128-1

電話：98-5522