

# ぽっかぽか 7・8月 ひよこ組

梅雨になり、ジメジメする日が増えましたね。気温が高く、汗ばむ日には沐浴などして気持ちよく過ごせるようにしていきます。

今回は、改めて保育園でどのように過ごしているのか、ひよこ組での一日の流れをご紹介します!!



## ★ ～9時 登園

～登園時、昨夜からの体調や、様子の変化を保護者の方にご確認します～

受け入れの際、視診・検温をし、連絡ノートで睡眠、ミルクや食事の状況など生活リズムを確認し参考にしながら、子どもたちが安心して一日快適に過ごせるよう心掛けています。

## ★ 9時～10時30分 午前寝や室内遊び(沐浴・水遊び)

～生活リズムを大切にしながら、遊び、睡眠などをして過ごします～

午前に睡眠をとることで、その後の遊び、食事などが気持ちよく過ごせる子もいます。今はその子の様子に合わせて好きな時に眠っていますが、体調や起床時間等を考慮しながら、徐々に遊び、食事、睡眠のリズムを整えていきたいと思っています。室内では、保育者と一緒に抱っこでわらべ歌や手遊びで遊んだり、子どもたちの発達に応じた玩具で遊んでいます。今は玩具をなめたり音の出るものに興味があり、保育者が音を鳴らすと手を出してきたりするので、やりたい気持ちを大切にしています。

時には気分転換に園内散歩や戸外遊びに出かけ、ハイハイができる子は階段登りをしたり、抱っこで屋上園庭などに行って電車や戸外の音を聞いたり、風に吹かれ、季節を感じたりなど、五感をたくさん刺激しながら遊んでいます。



## ★ 10時30分～午前食

～保育者の膝に座って食べます～

離乳食は、「おいしいね」「もぐもぐ」と言葉掛けをしながら、食事の時間が楽しくなるよう心掛けています。最初は環境に慣れずミルクを飲めなかったり、あまり食べられなかったりした子も、少しずつ飲めたり食べられるようになってきています！まだ、登園して間もない子どもたちもいるため、食事、ミルクの乳首、量などを保護者の方と相談しながら、楽しく食べてもらえるように進めていきたいと思っています。

## ★ 食事後～午睡

～睡眠は個人差があります～

1時間～1時間半程度まとまって寝る子や、10～30分で起きる子もいます。午前に寝ていない子は特に食後・ミルクを飲んだ後に眠くなりやすく、そのまま入眠する子もいます。まだ抱っこやおんぶで入眠してからベッドに移って眠る子がほとんどですが、少しずつ布団に入って大人が体をさすったり、とんとんするうちに眠れるようになっていきます。そのために、子守唄などを取り入れ安心して眠れる環境作りを心掛けています。



## ★ 起床～午後食

～目が覚めた子から順次起床します～

起きたら、オムツ替え、着替えをします。きれいになってスッキリしたら、午後の検温をします。そして、午後食の時間です。初期食の子はミルクとなりますが、中期食以降の子は、2回目の離乳食を食べます。完了食からは、乳児用のおやつと牛乳です。

## ★ ～18時 遊び・降園

～食事後は、パワーアップして元気いっぱい～

午後も室内遊びや園内散歩に出かけています。園内散歩では、階段をハイハイで上ったり、廊下で自由に動いて遊んだり、図書コーナーで絵本を読んだりしています。目を見て優しく声を掛けることを大切に、1人1人に寄り添った保育を心掛けています。

