

〈特集〉

安心して子育てをしていくために

子どもが生まれてから成人するまで、子育ては長く続きます。

そのなかでも幼児期の子育ては、多くのサポートを必要とする大変な時期です。

この時期の「子どもと保護者」を支える大きな存在が「子育て支援機関」です。

今年4月、岡谷市では、子どもに関するさまざまな悩みごとや相談ごとを、

1 か所ですぐ受け付ける「まゆっこベースおかや」を市役所2階に設置しました。

今回は「公立保育園」と「まゆっこベースおかや」についてお伝えします。

西堀
保育園
にじくみ
(年長)

ほいくえんってどんなところ？

意外と知られていない
保育園の1日を紹介します。
年長さんの、ある1日に密着！

保育園の1日

8:00～8:30

登園

保育士は子どものようすを
保護者と確認し合います。



保育士の絵本の読み聞
かせ。真剣に聴きます。

15:00

午後
あそび



15:15

帰りの
会



おむ
かえ

15:30
～16:00

保育士は一人ひとり、
その日のようすを保護
者に伝えます。



9:00

朝の会

お当番さんが前に出て、
今日の予定を発表します。



9:15

午前
あそび

この日は協力して夏まつりの準備を
しました。運動あそびとプール、畑
の野菜も収穫して盛りだくさん。



14:45

おやつ

手作りのおやつ。牛乳パッ
クは洗って自分で広げま
す。指の力がついたかな。



11:30
～12:00

給食

食器を並べるお手伝いを
します。畑のキュウリもメ
ニューに加わり大好評。食
べ終わった食器は自分で
片付けます。



12:30

お昼寝

はみがき、そうじを
して、お昼寝の準備
も自分たちでします。





夏の外遊び

子どもたちは、あそびを通してさまざまなことを学びます。保育士は、子どもたちの意欲や自主性を大切にしながら見守り、必要に応じて助言や手助けをしていきます。

川岸
保育園

いろいろシャボン玉



絵の具で色をつけた液でシャボン玉を吹きます。無色の液よりも膨らみにくいので「そおっと」吹くと膨らむ経験から、力加減を覚え、生活やお友だちとの関わりでも力加減ができるようになります。シャボン玉が割れた跡はアート作品になります。

どろだんご



粘土質の土をこねてつくるどろだんご。乾かして、細かい土をかけ、こすって磨く、を繰り返しピカピカの玉に仕上げます。集中力や根気、失敗しても何回でも挑戦する力を養います。

どろんこあそび



家庭ではなかなかできない砂場での泥遊び。汚れることを気にせず、夢中になって土の感覚を味わいます。水の流れ、浸食など科学の目が育ちます。



色水あそび

色の掛け合わせを、遊びのなかで知ります。

お空におえかき

遊具に張った透明シートに、思い思い自由に絵の具でお絵かきをします。空に筆を走らせるかのように、開放的で自由に表現する気持ちの良さを感じます。



夏の行事

季節ごとにさまざまな行事を行います。

七夕会食

ねがいごとを書いた短冊を飾り付けたり、リズム室で、先生から七夕のお話を聞き、七夕の歌を全員で歌い、ねがいごとを発表しました。特別メニューの給食を、年少さんから年長さんまで、そろっていただきます。

・あしがはやくなりますように
・みんなとえがおですごせますように
・せがおおくなりましますように



【七夕メニュー】
星のハンバーグ
コーンサラダ
七夕そうめん汁



夏まつり

毎年、年長さんが中心となり、お店屋さんやゲームコーナーなど、楽しい遊びを考えてくれます。係の仕事がんばる年長さんは、小さい子どもたちのあこがれです。



・おめんやさん
・しゃてき
・たからさがし
・ヨーヨーつり
など...

長地
保育園

ほいくえんでの

保育士

栄養士

のとりくみ

安心してお子さんを預けていただけるよう、
保育士や栄養士が日々、取り組んでいることを紹介します。



食の安全

公立保育園の給食は「自園調理」。岡谷市のこだわりでもあります。衛生管理も徹底し、「安全・安心」な給食を心がけています。栄養士が「給食がおいしく楽しい時間になるように」と願って、季節や行事に合わせた献立を作り、各園の調理員が毎日心をこめて作っています。

ここに、こだわっています！

- できるだけ、旬の地元の食材を使う
- 四季を通して、行事食や郷土食を取り入れる
- 毎日ねらいのある献立にする
(かむこと、カルシウムアップなど)
- 毎月10日(ダイズマンの日)は
大豆や大豆製品を使ったメニュー
- 毎月30日(岡谷味噌のヒ)
は味噌を使ったメニュー



大豆メニュー
: 鶏肉と大豆の
五目煮



味噌メニュー
: 五平餅

離乳食や食材のかたさなど
成長に合わせた給食を作ります！

- 離乳食は、家庭で食べたことのある食材から給食に使用していきます。
- かたさ、大きさ、切り方など、成長や発達に合わせて提供します。
- 成長に応じて、手づかみ食べができるものを提供します。



手づかみ食べの給食例



運動遊び

25年ほど前から、公立保育園の保育士が研修を経て取り入れ始めた「運動遊び」。車社会となり子どもたちの歩く機会も減り、体力や力が弱くなっていると感じたことから始まりました。「運動遊び」を意図的に日々の保育に取り入れ積み重ねることで、運動能力が向上するだけでなく、できることが増えて自己肯定感が増すなどの、心の成長にもつながります。

「運動遊び」をすることで・・・

- ▶ 体幹がしっかりしてくる
- ▶ 転びにくくなりケガをしなくなる
- ▶ 指示、ルールを理解しやすくなる
- ▶ 四肢の力がつくと、指先の力がつくようになる
- ▶ 鉄棒、縄跳び、跳び箱、側転などができるようになる
- ▶ がんばってできるようになることで、自信がつく
- ▶ 自ら挑戦するようになる
- ▶ 友だちと認め合う力がつく



遊びの動きが、運動能力・筋力向上につながっていきます。



ワニさん
▶ 腕の力



片足くまさん
▶ 逆立ち・側転



リンゴさん
▶ 逆上がり



西堀保育園
保育士 中村



とのさまがえるさん
▶ 跳び箱



すずめさん
▶ 前まわり

年少から3年間継続してきたことで、子どもたちは目を見張るほど成長し、保護者の方にも実感していただいています。できることが一つでも多くなると自信につながり気持ちも育ちます。教室の移動やそうじなどの生活にも、運動遊びの要素を取り入れることで、子どもたちは自然に運動遊びを楽しんでいます。

保護者支援

子どもを健全に育てていくためには、なにより保護者が元気でなければなりません。子どもたちの幸せのために、保護者のみなさんの助けとなる、保育士たちによる「保護者支援」を行っています。



参加型保育：各保育園にて実施

年少の保護者を対象に、1日につき、基本1人の保護者が保育士とともに、年少クラスの保育にあたってもらっています。自分の子どもだけでなく、保育士と一緒にクラス全員の子どものようすをみてもらう機会としています。

保護者は実際の保育の現場を体験し、状況を理解することで、安心して子どもを保育園に預けられるようになるといいます。また、保護者が安心すると、それが子どもに伝わり、子どもたちも園で安心して過ごせるようになる傾向にあり、子育てが良い方向に向かうと、保護者のみなさんから好評です。

川岸 保育園

ずっと楽しみにしていて、初めて参加しました。ふだんの子どものようすや、お友達との関わり方を見ることができてよかったです。先生方とも交流ができ、いろいろなお話ができました。どろんこ遊びは家ではなかなかできないので、一緒に楽しめてよかったです。



博子さん
りゅうのすけさん(年少)

未就園児交流(ぱんだぐみ)：あやめ・みなと・川岸保育園で実施

赤ちゃんから、入園前までのお子さんとその保護者、これからお母さんになる妊婦さんが遊びに行かれる場所です。地区に関係なくどなたでも利用でき、子どもと一緒に遊んだり、おしゃべりをして、ほっとした時間が過ごせます。専任保育士がいるから安心。子育ての相談もできます。栄養士との栄養相談の日もあります。



みなと保育園
ぱんだぐみ専任保育士
中村

ぱんだぐみは、少人数で遊べることもあり、アットホームな雰囲気です。初めて会う保護者さん同士もお話がしやすいようです。子育ての相談にも応じますので、ぜひ交流の場として使ってほしいと思います。この後、保育園に通う予定のお子さんは園に慣れるという利点もありますので、ぜひ気軽に遊びに来てください。



みなと 保育園



真由さん
れいさん(2歳)

近所なので、週に1、2回来ています。保育士さんに、気になることのアドバイスをいただいています。第一子なので、他のお母さんともつながれ、知っている人が増えて安心しています。娘にも近所のお友だちができてよかったと思います。

上の子がみなと保育園に通っているので、送りながら来ています。おもちゃもたくさんあってよいですし、保育士さんに、子育ての悩みや遊び方、関わり方などを教えていただけて助かっています。



さゆりさん
かりんさん(2歳)



跳び箱：ほとんどの子どもが4段・5段を飛べるようになってきます



鉄棒：多くの子どもが逆上がりができるようになってきます

ぱんだぐみ 共通情報

時 間 月～金曜日 午前9時～午後2時
休 日 土・日曜日、祝日、年末年始
持ち物 着替え、おむつ、飲み物(水かお茶)

令和6年4月
OPEN!

岡谷市こども家庭センター

まゆっこベースおかや



市役所2階に設置された窓口

今年度4月に、市役所2階にオープンした

「まゆっこベースおかや」は、

妊婦さんから青年期のお子さんまでにかかわる

困りごとの総合相談窓口です！

子どもに関する相談ごとを、ここ1か所に集約しました。

悩みや困りごとなど、お気軽にご相談ください。

困りごとの内容に応じた支援をします。

また、さまざまな専門機関と連携して支援をしていきます。

相談員も常駐していますので、その場で相談に応じます。

まゆっこベースの由来：「まゆっこ」はシルクおかやのこどもたちを表し、「まゆっこ」たちが健やかに成長するために、岡谷市の子育て支援が、まゆの糸のように途切れず、いろんな関係機関とつながり、つなげる拠点（ベース）であることを表しています。また、「こどもを基（ベース）に」という思いも込められています。

●場 所 岡谷市役所2階
こども家庭センター まゆっこベースおかや

●時 間 市役所開庁日 午前8時30分～午後5時15分

●電 話 23-4811（代表） 内線1226

▶子どもや家庭に関すること

▶妊産婦・発育に関すること

▶学校教育に関すること

●スタッフ

▶子ども家庭支援員（保健師、家庭児童相談員）

▶心理担当支援員（専門カウンセラー）

▶教育支援主事・子ども教育支援相談員

▶スクールソーシャルワーカー



年齢ごとに、子どもに関する「悩みごと」「困りごと」は変化しています

「例えば…こんなことがあったら 相談してください」



- 友だちとうまくコミュニケーションがとれないようですが、どうしたらよいですか。
- 不登校になっていますが、どうしたらよいですか。

高校

- 奨学金制度について聞きたいのですが、どうしたらよいですか。
- SNSなどで親の知らない人とつながっているのが心配です。



- 登校をしづらくなりましたが、どうしたらよいですか。
- 授業中、座っていられず立ち歩いているようですが、どうしたらよいですか。

中学校

- ゲームやスマホのルールは、どうしたらよいですか？
- 学校でいじめられているようですが、どうしたらよいですか。



- 育休明けで保育園に入りたいのですが、年度の途中でも入れますか。
- 発達が遅いような気がしますが、大丈夫でしょうか。

小学校
(低学年)

- 集団行動が苦手ですが、どうしたらよいですか。
- 小学校へ入学して、勉強についていけるか心配です。



幼児期
(就園児)

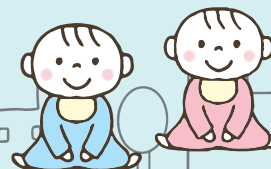
幼児期
(未就園児)

乳児期
(0歳)

- 母乳を飲まないのが心配です。
- 離乳食は何を食べさせたらよいですか。
- 親同士で悩みを話せる場所はありますか？

妊娠中

- 初めての妊娠で不安があります。
- 出産の準備は何をすればよいですか。



岡谷市では、市内保育園をはじめ、幼稚園、認定こども園、学校などや、まよっこベースおかやを中心として、子どもや若者のライフステージに合わせた切れ目のない子育て支援の充実・強化に取り組んでまいります。

問合せ

子ども課：内線1226