

# めばえの一日

保育園でどんな生活をしているのかな？

お仕事中には、今何をしているのかなぁと気にされることも多々あると思います。入園式から3か月が経ち、園での生活リズムができてきてのびのび過ごしています。安心してお仕事していただけるよう、今回は生活の流れをお知らせしようと思います。

## 9:00頃 【朝のおやつ】



朝のおやつは大人気です。おせんべいを食べるのも上手になりました。完了期から牛乳、離乳食はお茶です。



## 10:10頃～【手洗い・着替え】



順番に部屋に戻ります。帰ると手洗いをして水分補給や着替えをします。一人ずつ保育者が一緒に行き、丁寧にひとつひとつを伝えています。



## お昼ごはんまで【自由あそび】

給食までは室内で自由あそびです。思い思いに好きな玩具や場所を見つけてあそびます。自分であそびに向かう力はとても大切です。保育者はあまり声をかけすぎないように、きっかけを作ったり手遊びや歌をうたったりしながら見守ります。



## 9:30頃 【活動】

だいたい毎日園庭に行きます。園庭では草木・虫・土・泥・風など自然に触れて自由に感触を楽しみます。



しゅっぱーつ！  
自分で移動するよ！



朝のミルクを飲む子や朝寝をする子もいます。その後は時間差で戸外に出ます。体調や月齢に応じて個別に活動を変えています。



11:00～ 【お昼ごはん】

子どもたちが大好きなごはんの時間です。誘うときはなるべく正しい言葉で伝え、「おやつ」「ごはん」が何なのかを目で見て覚えていきます。「いただきます」「ごちそうさま」も毎日の繰り返しの中で覚え、今では自分からしています。食べるときは「お茶からどうぞ」の声掛けで、自分でコップに手をのばし、先に水分で口を潤す習慣が身についています。食べ終わったらエプロンを自分で丸める練習をしています。



現在はまだ一人ずつ、順番に食べています。7月からは3人が完了食へ移行しました。離乳食初期（5～6）→中期（7～8）→後期（9～11）、完了食（12～18）を経て、食べ具合を見ながら給食へ移行していきます。離乳食が始まるまでに、離乳食食材チェックリストをもとにご家庭と相談します。段階があがるごとに随時食材リストの項目を試食していただきます。まだ離乳食が始まっていない子は、個々のペースに合わせて授乳を行います。



完了食



離乳後期食

つかみ食べをたくさんできるようにと、給食の先生がスティック野菜を多くつけてくれています。人参スティックが大人気です。

11:30頃～ 【お昼寝】

食後は順次お昼寝をします。食べ終わったら自分で布団に向かう子も出てきました。布団に入ったらすぐに寝ます。子どもたちにしっかり生活リズムができてきていると実感します。



14:30頃 【順次起床】

起きている子から順番に排泄に行きます。

15:00頃 【おやつ】

エプロンを自分でつけようとしたり、コップも上手に持つようになりました。いただきますをして待っているのがとてもかわいいです。



その後は自由遊びをしながらお迎えを待ちます。