



あかみ先生の

# わたしがこどもだったころ...

おにちゃん♪ 今回久しぶりに自分の小さい頃のアルバムを開きました。アルバムを見ながら両親と「これは親戚の〇〇さんだね。」「これはお友だちと〜へ出掛けた時だね。」等と写真の思い出を話しながら盛り上がりました。アルバムを見ながら感じたのは、「いろんな場所で撮った写真がたくさんあること」「たくさんの人と一緒に映っていること」でした。

小さいころから車でいろんなところに連れて行ってもらい、お泊りはテントやコテージ、車中泊と、アウトドアなお出かけが多かったことを覚えています。(おかげで女の子らしさの欠片もなく、逞しく育ちました…笑)

またアルバムの中には、家族写真だけでなく、両親の友達家族や親戚家族、町内会の子もたち、当時飼っていた犬や鳥等のペットたち等々…、大勢で映った写真がたくさんありました。

行事写真にも、家族や親戚がたくさん集まっていて、自分がたくさんの人たちに囲まれて育ってきたんだなあ〜と改めて感じる事ができ、心が温かくなりました。

今ではすっかりカメラを持つ機会も減り、スマホ1つあれば、なんでもこなせるようになりましたが、久しぶりにアルバムを開いてみると、味のある色に変色した写真や分厚いアルバムたちと一緒に、家族と思い出を振り返る時間もすごく温かくていいものだな〜と感じ、自分の子どもが大きくなった時、こういう時間を持てたら幸せだな〜思いました♡



↑あかね4さい♡

# ぶらんこ

第128号 2026年3月27日  
松ヶ岬保育園  
〒992-0059  
米沢市西大通1丁目6-56  
TEL21-0349/FAX21-0369  
E-mail matsuga@smile.ocn.ne.jp  
http://www.syogokai.jp/matsugasaki/



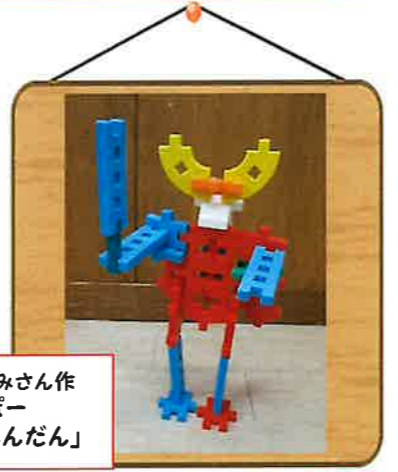
ご卒業  
おめでとう  
ございます

## こどもの つぶやき ことば&アート



あおくみさん作  
「おすし」

1歳児のUちゃん。  
目から涙がこぼれてきたお友だちを見て…。  
Uちゃん「ほっぺにあめがらってきたね〜」



あかくみさん作  
「すーぱー  
だだんだん」

折り紙で作った金魚が入っている水槽を眺めながら、2歳児のお友だちと保育者がお話をしていました。  
Hちゃん「どうしてうごかないの？」  
T先生「どうしてだろうね〜？」  
Hちゃん「たいちょうわるいんじゃない？でんちきれたんじゃない？」  
Nくん「・・・かみだからだよ」



あおくみさん作  
「かぞく」

……ぶっくえんど……  
ご卒業・ご卒業のみなさんおめでとうございます♪この時季よく聴くことが増えるのが卒業・卒業ソング！！みなさんの卒業・卒業ソングといえは…！？世代によって「コレ！」というものがあると思いますが…。「この曲歌ったな〜」「流行ってたな〜」とか、その頃の思い出と共に残っていたりしますよね♪今シーズン、我が家も卒業・卒業がありまして式に参加して流れていた『絢香の「にじいろ」』という曲で胸いっぱいになりました♡温かくって歌詞もびったりで。当時はそんな風に感じなかった曲も、母になってきてみると改めていい曲(…涙)と感ずることができました♡ ぶらんこ担当 坂野 春佳



# こどもファースト

こどものまもちをうけとめる



5歳児 あおくみ  
「こども会議」



今年度の青組さんはこども会議（子どもたちが主体となって話し合いをする）の機会をたくさん作ってきました。毎回お題は様々です。遊びの活動内容を考えたり、クラスの問題点があればそれについてみんなで考え子どもたちが主体となって話し合い、解決してきました。

いつかの活動内容を決める会議では外で遊びたい子と室内で遊びたい子と意見が分かれました。誰かが「時間を半分ずつで遊ばないんじゃない？」という意見を出すと、みんなが納得し全員で楽しく遊ぶことが出来ました。今では自分たちで話し合っ問題が解決できる青組さんですが少し前までは自分の意見ばかりを主張して意見のぶつかり合いで話し合いが上手く進まない事が多かったです。うまく行くことばかりではなかったですが、何度もこども会議を行う中で相手の話を聞くことや思いやることの大切さを知っていきました。

今年度「ひとりみんなのために みんなはひとりのために」というクラス目標を掲げていました。小さかった頃は自分の事で精一杯だった子どもたちですが年長児になり子どもたち同士の関わりの中で自分の事だけではなく周りのことを考えて行動できるようになりました。

もうすぐ小学1年生になる青組さん。保育園生活の中で学んだことを活かして小学校でも自分はもちろん、友だちや周りの人を大切にする気持ちを忘れずに頑張ってもらいたいです！



松ヶ岬保育園の看護師からの情報発信コーナー

## 遠せんせいの救急箱



テーマ  
『便秘について』



子どもの便秘は「よくある病気」と思われがちですが、ほおっておくと癖になる実は怖い病気です。便秘のサインを見逃さず、早めに対処にあげましょう！

### \*便秘がどうかを判断する目安\*

便秘かどうかの目安は回数だけではなく、排便時の様子を見るのが大切です。肛門から硬いうんちしか出ないと痛みで排便を嫌がり悪循環につながります。

- ・排便時に痛がって泣く、辛そう ・いきんでるのにすんり出ない ・食欲が落ちている
- ・硬くコロコロした便が出る ・お腹が張って苦しそう

### \*便秘になる原因はさまざま\*

#### ●赤ちゃんの場合

・便を出す力が弱い。自然と改善するケースが多いです。

→お腹をマッサージしたり、綿棒などで肛門刺激を試したりしてみましょう。便秘で吐いたり授乳量が減る場合は早めの受診を。

#### ●幼児～学童期の場合

・食事の偏り ・水分不足（夏だけではなく冬も） ・環境の変化（進学や入園など）

・トイレトレーニング中 ・トイレを我慢する（朝トイレに行く時間がない、硬い便を出して痛かった経験など）

### \*小児科で行う治療について\*

生活習慣についてのアドバイスや、お子さんのお腹や便の状態に合わせて薬が処方されます。

「出す」ことではなく、「自然と出ること」を目的としています。少しでも心配な症状がみられたら受診してみてくださいね



## 我が家の勝負メシ!

祈唖くん・燈紅くんのお母さん  
香坂 奈月さん

兄弟3人とも食の好みが違うので、今日は何作ろう?とお昼頃から悩み始めます。

手抜きしたいけど…映えるメニューが良い。そんなときは『ホットプレート料理』にします。焼きそば、パスタ、チャーハンいろいろ作ってきましたが、子供達に好評だったのが「ビビンバ」です。お肉が硬くて噛みきれない~と言うので、ひき肉を使っています。ほうれん草と卵が苦手な子供達ですが、これなら食べられる!ともしもり食べてくれます。

最近では自分で作ってみたい!とお手伝いをしてくれるようになりました。「もっと丁寧に炒めて!」とつい口を出してしまいそうになりますが、そこは我慢して…。「お手伝いしてくれたからいつもよりおいしいな~」「また作ってね!」とほめまくりです。

料理に興味をもってくれたらママも楽できるので、一緒にインスタやユーチューブを見て次はコレ作りたいねと映える料理探しをするのも楽しみにしています。

手軽さと家族みんなで作れるホットプレート料理が我が家の定番です。



~将来のあなたへあてたお手紙です~

## 大きくなったきみへ

ぴっころ  
仁くんのお父さん  
八巻 和樹さん

仁へ。

この手紙を読んでいる頃、仁は20歳になっているね。今、どんな毎日を過ごしていますか。笑顔で、自分らしく歩いていられたら、パパとママはそれだけで幸せです。

1歳の仁は、よく笑い、よく泣き、全身で気持ちを表しながら毎日を生きていました。

初めてできたことに目を輝かせる姿、小さな手で私達を求めてくれたぬくもりは、

今も大切な宝物です。仁がいてくれるだけで、何気ない毎日が特別な時間になりました。

「仁」という名前には、「人を愛し、人から愛される人になってほしい」という願いを込めました。

誰かを思いやる優しさを忘れず、そして仁自身も周りの人の愛に支えられながら生きてくれたら、これ以上うれしいことはありません。

これまでの20年、きっと楽しいことばかりではなかったね。迷った日や、自信をなくした日もあった

と思います。でも、そのすべてが仁を強く、優しい人へと育ててくれているはず。どうか自分を信じて、仁らしい人生を進んでいってください。

どんなときも、仁は大切な存在であり、パパとママの誇りです。

いつでも帰ってこられる場所があることを忘れないでね。

生まれてきてくれて、本当にありがとう。

仁の人生が、愛と幸せに包まれたものでありますように。

仁のパパとママより

