



令和5年9月1日

9月 ちびっこの森通信 vol.76

☆☆今月のテーマ☆☆

- ・ 季節の移り変わりに気づき、秋の風情を感じ楽しむ
- ・ ルールをよく守って、元気一杯の外遊びで健康増進をはかる



～今月の園内学習～

- ・ 足し算…1の段
- ・ 掛け算…1の段
- ・ 絵画カード…デルフトの眺望ほか
- ・ 声に出して読みたい日本語…
- ・ 歴史カード…吉田松陰ほか
- ・ 国旗カード…ラオスほか
- ・ 地理カード…東北地方ほか



「鼻」芥川龍之介



今月の唄～♪

◇きのこ

◆山の音楽家

～保育のポイント～

「人生に必要な知恵はすべて幼稚園の砂場で学んだ」

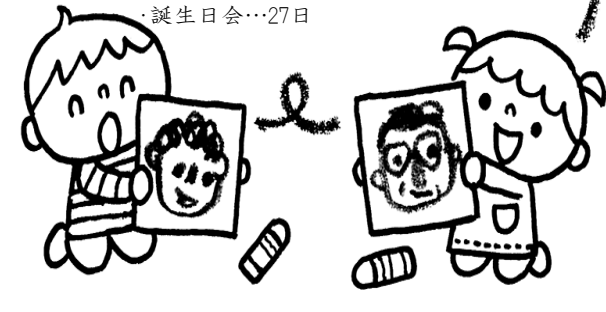
～哲学者ロバート・フルガム著～

人間、どう生きるか、どのようふるまい、どんな気持ちで日々を送ればいいのか、本当に知っていないことはないことを、わたしは全部残らず幼稚園で教わった。人生の知恵は大学院という山のてっぺんにあるのではなく、日曜学校の砂場に埋まっていたのである。

この本は、もちろん「人生には砂場遊び」が重要ということを著している訳ではなく、大人になって人生を振り返ると「充実した人生を送るために必要なことは、全て子ども時代に教わったことで、しかも決して難しいことではない」ということ。例えば、「何でも皆で共有し、ずるをせず、人を叩かず、使ったものを片付け、人のものは使わないこと、誰かを傷つけたら謝ること」などで、これは幼少期に教えられることです。そして、これは年齢に関係なく人間関係の基本的ルールと言え、これが守られれば安心安全で平等な社会の実現に繋がります。また、幼少期は成長と共に「いろんなことをしてバランスの取れた生活をする」ことが心身ともに健全な社会生活をする上で欠かせない要素であり、それは充実した人生を送るためには、子ども時代に教えられたこれらのことが鍵となり、生涯にわたり大切にすべきこと」として本書で紹介されています。改めて、幼少期の過ごし方の重要性を再考し、実践してみるのに最適な一冊と言えるのではないかと思います、紹介させていただく次第です。

～行事予定～

- ・ 音楽教室(トロンボーン)…4日
- ・ 書道教室…7日・14日・21日・28日
- ・ リミック教室…5日(幼児)
- 25日(乳児)
- ・ 英語教室…13日(乳児)
- 20日(幼児)
- ・ 身体測定…19日(幼児)
- 20日(乳児)
- ・ 体操教室…8日(0・1歳児/3歳児)
- 12日(2歳児/4・5歳児)
- ・ 避難訓練…26日
- ・ 誕生日会…27日



「ひよこ」と「りす」組だより



先月は夏ならではの水あそびで連日の厳しい暑さを乗り切る工夫をしました。おかげで、水を苦手としていた子ども次第に楽しめるようになってきたのはなによりでした。日々の活動では一人遊びの月齢児ですが、友だちの名前を呼び合い、お互いを真似っこをするなどの関わり合いが見られるようになってきました。朝、同じクラスの子が登園するとお互いに挨拶がてらの笑顔返しが見られるもの微笑ましい限りです。自由遊びでは「貸して」に対して「いいよ」のやりとりも見られる反面、まだまだ言葉が未発達なことから実力行使(?)優先から衝突の場面も頻発中…こちらはお互いに怪我のないようによく見守り、みんなが安全に遊んでいけるようにしたいと思います。これからも当面、厳しい残暑が続くそうですので体調管理は怠らず、季節の移りかわりを元気に過ごしていきたいと思っています。



「きりん」と「こあら」組だより



たっぷり蒸し暑さが詰まったサウナ状態の夏もツクツクボウシの声や朝夕の虫の音などから秋色へと染まりつつあるようです。先月は夏ならではの水遊びをはじめ、触るとヒヤッとし融けていく氷の感触遊びや泡・泡でタオルをゴシゴシと洗い、水気を絞り、干すという洗濯ごっこがみんなには好評でバラエティ溢れる遊びで飽きることなく、夏場を楽しく過ごすことができたのは何よりでした。この洗濯ごっこは洗い、しぼり、干すという役割分担でやっていったのですが、何をしたいのか戸惑っている子にそっと「こうだよ」とお互いに声かけしながら全体としてやり遂げられたのも連帯感という意味で素晴らしいなあと感じました。また、水遊びでも着替えて難儀している子にお互いに声かけしたり、脱いだ服を畳むということもお互いに教え合っているのには感心させられます。保育スタッフはよく見守って、必要に応じて声かけや支援をして、「出来ない」を「出来る」にへと誘導していき、子どもたちの自信へと繋げていきたいと思っています。



「ひつじ」と「ぞう」組だより



今年も日中の迷いない厳しい暑さはダラダラ汗を、日が落ちた熱帯夜はジワジワ汗を誘発するという地球温暖化による気候変動でホッと一息入れる間も与えてくれない困りもの夏でした。そんな中、ひつじ組はトマト苗植えと同時期にオクラも育てようと取り組みました。日々、「大きくなってね!」と心込めた水やりのお世話の成果は、お迎え時の保護者の方と一緒にスクスクと成長するオクラの姿で確認でき、より喜びがましていました。そして、収穫したオクラは自分たちが育てたという自負もあり、普段野菜嫌いの子も口にするなどいい食農活動の体験となっていました。ぞう組のみんなは水遊びで暑さ対策をし、就学準備として給食などで時間を意識した行動を心掛け、実践するようにした結果、段々と結果が出るようになってきました。また、習字や絵の具活動などではお互いに良いところを認め、褒め合う形で自信をつけて前進するという連帯感を大切にしながら日々を過ごしています。これかもよく見守っていききたいと思います。



給食室だより

～夏バテ&秋バテ、さようなら～

気候変動の問題が深刻で、世界の平均気温が産業革命期より約1.15度上昇したと言われ、実際 日本でも毎年のように40度近くが記録されるようになってきました。今年も長い残暑との我慢比べが必要のようです。酷暑の夏に寒暖差疲労、冷たい飲食による倦怠感や夏バテによる栄養失調などで夏バテとなり、それを秋になっても引きずるのを「秋バテ」と言うそうです。秋は「女心と秋の空」と言われるように天気の変化と残暑の日中と冷え込む朝晩の寒暖差など、身体がその変化に順応していく寒冷順化が追いつかないために「身体がだるい」、「疲れがとれない」や「やる気が出ない」といった症状に陥りやすいのです。そこで、「夏&秋バテ」解消法として(1)冷たいものはNGで常温のものを摂取(たとえ、常温でも一気飲みは胃腸を弱らせるのでNG。熱中症対策のように小まめな摂取をしましょう)(2)そうめんなどの糖質偏重にはタンパク質の錦糸卵、ぶっかけうどんなどにはたんぱく質やビタミンB群の補給に納豆やミネラル豊富な海藻類をトッピングに加えましょう。(3)夏バテ等から食欲減退気味の場合はビタミンB1を多く含む納豆、豚肉、ごまや雑穀、タンパク質は肉や魚、豆類や卵を、そして汗で失われるミネラルは海藻類を一品に加えて元気を取り戻せるようにしましょう!