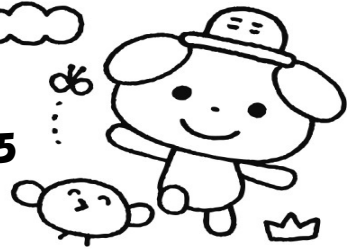


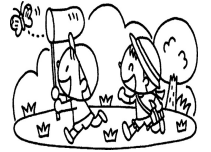
令和5年8月1日
8月 ちびっこの森通信

vol.75



☆☆今月のテーマ☆☆

- ・夏ならではのプールや水遊びを楽しむ
- ・十分な水分や休息をとり、健康的に過ごす



ひよこ組 (0 歳児)



もったり雲とヒリヒリと皮膚を刺すような容赦のない日差しが夏本番を感じさせる今日この頃となりました。最初こそ、「水遊び」の経験値が少ないことから「それ、なに？」と避ける態度に終始していたのが、次第に「水、カモ〜ン」と自らシャワーの水に向かう姿へと大変身して“涼”がとれるようになってきたのは何よりと感じています。最近は見ると聞くと何でも興味関心を示しておもちゃをはじめとした対象物へと高速ハイハイで一目散に移動し手にしようとする積極性が見えます。そんなこんなで身体を動かすからでしょう、食欲も俄然出て来てパクパクと気持ちのいい食べっぷりで元気に過ごしてくれており、今後もよく見守っていきたいと思います。



うさぎ組 (1 歳児)



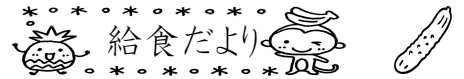
梅雨の中休みの蒸し暑さも厳しいものがありました。梅雨明け後には蝉の大合唱も加わって「夏」を一段と感じる今日この頃。みんなにとっては梅雨の有無に関わらず、7月の月替わりを合図に「水あそび」がはじまり、心の拠りどころとなっているようです。それは朝、「今日はプールだよ」の掛け声に条件反射的に着替えモードに入り、実際にそそくさと準備に入る姿に端的に表れてると思います。水あそびも2年目ともなると「水いよいよ」の子も見られず、お互いに喜々とした表情で水鉄砲やジョウロで水の掛け合いを楽しんでいます。これから夏本番はうだるような暑さから身体をクールダウンし、夏ならではの遊びで存分にエンジョイして元気に過ごしていきたいと思えます。



ぱんだ組 (2 歳児)



このところ身体を溶かしかねない、迷いのない蒸し暑さが続き、夏本番を実感する今日この頃。そうなれば、みんなの選択は迷いなく「水あそび」に落ち着くこととなります。ですから、園のエントランスにプールが出されて準備がはじまると、みんなはもう気が気でなく今すぐにでも水着に着替えてしまいたい衝動に駆られるよう…プールでは一応、「無礼講」といっても、「顔にもろに水掛けをしない」などの暗黙の了解事があり、マナーを守りながら水の掛け合いやシャワーを全身に浴びながら体感温度をクールダウンさせ快適さを実感しているようです。水あそび後はお昼ごはんもパクパクモリモリ食べ、お昼寝は満足感たっぷりに快速快眠で元気パワーを蓄えるのに十分となっています。これからも健康面をよくケアしながら見守っていきたいと思えます。



～保育のポイント～

ヒトやモノが国境を越え自由に行き交うグローバル時代で言葉・文化の異なる人間同士のコミュニケーションツールとして言語影響力指数(経済、外交などの5つの観点)から見て、世界ではやはり英語が断トツの1位。ただ、昔から日本人の英語力は世界的にも限定的なアジア地域でも下位に甘んじているのが現状です。それはアメリカ国務省の外交官養成局が「日本語は英語のネイティブスピーカーにとって超難関言語に分類されている」ことから理解できるように、日本人にとっても(単語・文法・発音の)言語の基本要素全てにおいて全く異なる英語習得は難しさがあると言えるでしょう。もう一つの、しかも最大の要因としてバリンガルの子を10年間にわたり研究した米国の言語学者レオポルドの「外国語の習得は10歳を過ぎてからでも不可能ではないが、よい成績を収めることは不可能である。なぜなら、それは反生理的だからである」の言が象徴的に表わしています。そういえば、幼児期に海外で過ごした子が何の抵抗もなく英語を繰り出す姿を見れば合点がいきます。つまり、6歳までの幼児は自律神経が「お休み神経」と言われる依存型のゆるやかな働きをしていると言われ、頭脳が集中し、その集中を妨げる他の要素を排除するα波が働きやすいので同じことを同じ時間学んでも、特に記憶しようと思わなくても楽に記憶できるそうです。それは丁度、スポンジが水を吸うような吸収力抜群な効果を発揮すると言えます。ですから、α波は言葉の習得に不可欠なのですが、6歳を過ぎる頃から、段々と(五感全てから情報を得る)β波に移行するので語学習得が難しくなるということです。幼児期の過ごし方が言葉だけでもこれだけのことが言えますので工夫していくことが求められているように感じます。

～「右脳」子育て 七田真著より～

今年も梅雨が明け、これからはギラギラの太陽の日差しを受け、さながら「蒸し風呂状態」で発汗を補うのに冷水を口にしがち…また、日中は外気と室内の温度差で体温調節の自律神経がバクシ、夜の熱帯夜による寝不足などの要因が重なり、ついには全身のだるさや疲労感などの夏バテ症状に陥りやすくなります。そこで、夏バテ予防対策として適度な運動と規則正しい生活リズムを保つようにし、食生活のポイントとしては①食欲減退期は食べやすいそうめん等に頼りがちですが、栄養バランスが崩れがちです(少量でも構わないので)1日3食、消化にいい(肉、卵や牛乳など)たんぱく質や(野菜や果物など)ビタミンと(牛乳など)ミネラルをバランスよく摂ること②夏野菜は水分、ミネラルやビタミンB群などの栄養素を多く含むので食欲がない時こそ上手に摂取し、脱水症予防にも効果的です。また、オクラなどのネバネバ野菜は弱った胃の粘膜を保護し消化吸収を助けてくれます。③冷たい飲料は胃腸の機能低下を招(ば)かりか、冷たいアイスやジュース類は本来の甘味が感じられず、糖分による満腹感で食欲減退を引き起こすことにもなります。電子機器を活用して温かい料理を摂るようにしましょう。④疲労回復には(柑橘系果物の)クエン酸で疲労の原因となる乳酸を排出してくれる効果があるので摂り入れていきましょう。これらで日本の夏、蒸し風呂状態を克服し元気に楽しく過ごしていくようにしましょう。

♪今月の唄♪

- ◇アイスクリーム
- ◇うみ

～行事予定～

- ・英語教室…1日
- ・リミック教室…3日
- ・体操教室…9日
- ・身体測定…21日
- ・誕生会…24日
- ・音楽教室(2歳児)…28日
- ・避難訓練…29日

