

12 がっひかりごう

平成 29 年 12 月 1 日 輝保育園

肌に感じる風もだんだんと冷たくなり、公園の木々の様子からも冬という季節を感じられるようになってきました。12月の街なかは、年々華やかになるイルミネーションが輝き、クリスマスソングが流れてきます。園内も子どもたちの作る様々なクリスマス制作やツリーで飾られていくことでしょう。また、年末の世間の慌ただしさや、新年を迎える準備など、この時期でしかできない経験が、子どもたちの生活を広げていきます。園では、友だちと一緒にクリスマス会を楽しんだり、大掃除をしたり、正月遊びを楽しみながら、新年への期待につなげていきます。



【 冬至 】】

冬至とは、1年でいちばん昼が短く夜が長い日の事です。

この日を境に、昼の時間が少しずつ長くなっています。

毎年 12 月 22 日ごろですが、年によって変わります。

冬至の日には、ゆず湯に入って体を温めたり、かぼちゃを食べたりする習わしです。

これらには「1年間健康で過ごせますように」という意味がこめられているそうです。

★ 大晦日 ★

「晦日」とは毎月の最終日のことで、一年最後の月の最終日である 12 月 31 日を「大晦日」といいます。

昔は年神様を迎えるために一晩中起きていたそうですが、今は年越しそばを食べ、除夜の鐘を聞いたり、初詣に出かけるなど、いろいろな過ごし方があります。



= 12 月の行事予定 =

- 7 日 (木) 避難訓練
- 22 日 (金) クリスマス会、お誕生会、身体測定
- 28 日 (木) 保育納め
- 29 日 (金)] 年末・年始休み
- 1 月 3 日 (水) 保育始め
- 4 日 (木) 保育始め

= ナース・レポート =

インフルエンザや嘔吐下痢症など感染症が流行る季節になってきました。

同じような環境で生活していても、風邪をよくひいてしまう人とあまりひかない人がいるのは免疫力の差です。

では免疫力を高めるにはどうすればよいのでしょうか？

① 栄養バランスのとれた食事

② 充分な睡眠

③ 適度な運動

④ よく笑う !!

笑うと身体の免疫力がアップします。笑うことで生命活動を維持するために必要な神経、主に自律神経に変化をもたらし、身体中の様々な器官に刺激が与えられます。

笑いにより脳の刺激が、免疫機能活性化ホルモンの分泌を促し、更に NK 細胞は活性化され、より強力な戦士となって、がん細胞などを攻撃します。

作り笑顔でも、NK 細胞の働きが活発になるそうですので、とにかく笑うことです。

⑤ 体温を下げない。

平均体温が 1 °C 下がると免疫力は約 37 % 下がり、平均体温が 1 °C 上がると免疫力は約 60 % 活性化するといわれています。

風邪をひいたとき熱が出るのも、体温を上げて免疫力を上げようとする防衛反応といわれています。

また、体温が低いと体内の細菌に対する抵抗力が低下し、腸内では悪玉菌や有害菌が増殖して様々な病気や感染病の原因にもなってしまいます。

手洗い・うがいに加えて、以上の実践し免疫力を高めて風邪に打ち勝つ体づくりをしていきましょう。

《《《 お願い 》》》

1. クリアケースの中と、お便り帳を毎日確認してください。
2. 投薬依頼がある場合は、必ず職員に手渡しをお願いします。
3. 持ち物や衣類には名前の記入をお願いします。名前が薄くなっているか、もう一度確認をして下さい。
4. 夜更かしをさせず、早寝・早起きをし、しっかり朝食を摂りましょう。
5. 毎日入浴させ、清潔にしましょう。

☆☆ コミュニケーション ☆☆

~ 大人の関わり方 ② ~

1. 子どもの話を最後まで聞く。(言葉の先取りをしない)

子どもの話を最後まで聞かず、子どもが伝えたいことの意を汲んでしまい、大人が先に行動したり、話をしたりすることはあります。

「おかあさん、ご飯 …」、「じゃあ、食べる準備をしようね」、また「子どもがうまく説明できずにいるところに、大人の側から内容を導き出す」などがわかりやすい例でしょう。

これらの積み重ねが、自分の思いを正確に伝えられないという現象につながります。

子どもが、「主語、述語」を使ってきちんと話せるようになるために、大人が言葉の先取りをせずに「待つこと」、「我慢すること」、そして「最後まで伝えられるよう仕向けること」（「ご飯をどうしたいの？」）が大切です。

子どもが「主語、述語」を使って、自分の思いを正確に伝えられるということになると、自分に対して自信を持ち、後々、学ぶ意欲や自尊感情を高められるでしょう。

日常の会話の中で、大人が手本となつてルールを守ることを実践することにより、子どもにもルールが自然のうちに意識化され、子どもの規範意識を高める方法の一つとして効果があります。

「教育力向上福岡県民運動
ホームページ」より抜粋

たんぽぽぐみ

0 才児



先日、給食の時、お味噌汁のさつまいもを見つけて、大喜びの男の子がいました。一方、隣に座っている子の表情が暗くなり、「ふえーん」と泣き出していました。最初は、何で泣いているのか分からいでいたのですが、抱っこすると、安心したように微笑みます。楽しそうな男の子が羨ましかったようです。高月齢の子達は、自我の芽生えを迎え、複雑な感情が沢山生まれています。羨ましいとか、焼きもちとか、悔しさのような感情を感じています。その気持ちを受け止め、言葉にしながら関わる事で、「そうか！ 今、悔しかったんだ」と気持ちに気付いていけるようになります。今は「嫌！」という言葉一つでしか表現出来ないかもしれません、その裏には、沢山の複雑な感情があります。お家でも是非、子どもさんの芽生え始めた自我を大切に育んで下さい。

たんぽぽぐみ

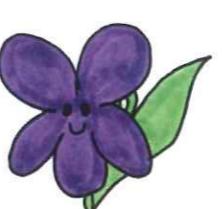
1 才児



最近、男の子は、三輪車やスケーター、女の子は砂遊びが人気の遊びです。ある日、大きな三輪車に乗った A 君ですが、足がペダルに届かず、前に勧めません。すると、B 君！ と呼んで、「押して！」と頼みます。B 君が、押してくれて前に進むと、A 君が上手にハンドルを切ります。毎日、このコンビで遊び、最近では、三輪車以外で遊ぶ時も一緒にいることが多くなりました。低月齢の女の子たちも、いつも一緒に過ごすお友達の名前を覚えて呼んだり、並んで一冊の本を見たりする姿が良く見られるようになってきました。少しずつお友達にも興味が出てくる時期です。一緒に過ごすことが多くなると、思いの違いから、トラブルになることもあります。その都度、保育者が互いの思いを代弁しながら、仲立ちしています。

すみれぐみ

2 才児



今年も瞬く間に過ぎていき、今年最後の月になりました。寒さも少しずつ厳しくなり、風の冷たさを感じながら、元気に遊んでいる子ども達です。最近、子どもたちは、平行遊びから少しずつ友だちと関わり、一緒に遊ぶ姿が見られるようになりました。その中で、おもちゃや場所の取り合いなど、ぶつかり合う姿もみられます。自分の思いをしっかりとだし、友だちとぶつかり合う経験はとても大切なことです。その経験を重ねることで、集団生活でのルールを学び、社会性を少しずつ身についていきます。友だちの存在、思いを意識できるよう、保育士が仲立ちとなり、一人ひとりの思いをしっかりと受け止め、代弁することで「一緒に楽しい！」と思える経験を、たくさん積み重ねていきます。

ちゅうりっぷぐみ

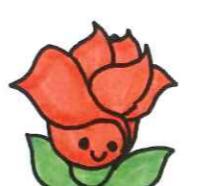
3 才児



発達には適した時期があり、器用さやリズム感を担う神経系の発達は、出生直後から急激に発達し 4 ~ 5 才までには成人の約 80 % にも達します。幼児期の多様な動作の経験が、生涯にわたって必要な運動の基礎となる為、就学前に修得したい基本的動作を取り入れた遊びを行っています。初めは、転がったり片足立ちをしたりと動作自体を面白がっていましたが、上手になりたいと動作の練習化に移行し始めた子ども達もいます。最近では、友達への関心が高まり行動を見てそれを模倣するようになる 3 才児期の発達の一つも見てとれます。また、多様な感情を経験することを目的として、友達とペアになって行う動作も取り入れました。互いに気持ちを合わせようとする事が必要ですが、課題は多く、子ども達が何に気づき、何を学ぶのか今後の展開が楽しみです。

ばらぐみ

4 才児



先日、グループに分かれてチューリップの球根を植えました。6 月に落花生の苗を植えた時は、半数しか関心を示さず、他の子ども達は興味がなく途中から全く違う場所で遊んでいました。しかし、運動会を経て、いろんな活動に意欲的に参加できるようになった子ども達は、ひまわりさんが卒園する頃に「かわいい花を咲かせたいね」と話し、皆で植えることが出来ました。どうしても水をやり過ぎてしまうので、みんなで話し合いをし、毎週火曜日と金曜日に各グループの当番が水やりをすることにしました。水やりや観察を続け、最後までお世話してほしいと願っています。また、発表会へ向けて合奏の練習を始めました。憧れの楽器に触れられ嬉しくてたまらない様子の子ども達です。子ども達のやる気を大切に取り組んでいきます。

ひまわりぐみ

5 才児



友達と誘い合って、自分達のやりたい遊びで元気いっぱい楽しんでいます。戸外では宝取り鬼ごっこや縄跳びなど友だちとルールを確認したり、どうすれば勝つことができるのかなど話し合いながら遊んでいます。今はまだ思いが伝わらずに遊びが中断してしまったり、気持ちを言葉に出来ずに涙する子もいます。楽しい気持ちや悔しい気持ちを沢山経験しながら皆で活動する面白さを感じています。皆と一緒に遊ぶ中でこまつことや楽しいアイディアなど自分の考えを言葉で伝え、友達の考えや話を聞き、遊びを進めていく関わりを大切にしています。室内では制作やごっこ遊び、合奏などの表現活動を楽しんでいます。夫々の得意な活動で力を発揮する事で友達の良さを認め合ったり、協力して一つの物を作り上げる充実感を感じ、友達との関わりもますます深まっています。

こ
ど
も
の
よ
う
す