

2 がっひかりごう

令和5年2月1日 輝保育園

このところ、寒い日が続きます。先日、雪が積もり、年長児は剣道の近藤先生と一緒に雪遊びをしました。「寒い～」と言いつつも表情は明るい子ども達。笑い声が響きわたります。ボールに水を入れて一晩おいて、氷になった水を「お～！ 氷になつとる！」と目を輝かしていました。大人にとっては、積雪は大変ですが、子ども達にとっては、とても良い経験です。寒さや乾燥が気になる時期です。感染症、風邪やインフルエンザに負けず、予防に気を配りながら元気に過ごしたいと思います。

【【 節分 】】

2月3日に豆をまき、無病息災を願うことで知られている節分。正しい豆のまき方を紹介します。

1. 前日までに炒った豆を枡に入れ、神棚に供えておく。
2. 節分当日、鬼は深夜にやってくるといわれているので、豆まきは夜に行う。福豆を入れた枡は左手に、胸のあたりで持って、下手投げのように右手でまくのが正式。
3. まず、玄関、窓、戸口などを開放ち、奥の部屋から順番に、外に鬼を追い出すように「鬼は外！」と声をかけながら豆をまく。まき終わったら、鬼を締め出し、福を逃さないようにするために、すぐに戸締りする。
4. 今度は「福は内！」と部屋の中に向かって、豆をまく。玄関は最後に。



= 2月の行事予定 =

- | | |
|--------|---------------------|
| 4日(土) | 生活発表会
(2、3、4、5才) |
| 7日(火) | 節分行事 |
| 8日(水) | 避難訓練 |
| 24日(金) | お誕生会・身体測定 |



== ナース・レポート ==

【鼻呼吸の大切さを知ろう！
～ あいうべ体操に挑戦！～】

口がポカんと開いている子が時々見られます。

こうしたお子さんは、口呼吸になっているかもしれません。

日常的に口呼吸をしていると、鼻の粘膜や鼻毛というフィルターを通さずに空気が直接体内に取り込まれるので、最近やウイルスに感染するリスクが高まります。

また、口の中が乾燥してしまうため、唾液の作用が弱まり、虫歯や歯肉炎などのトラブルを引き起こすおそれもあります。

更に、口呼吸によって口をぽかんと開け続けることで口の周りの筋肉が十分に発達せず、だんだん顔つきが変化してぼんやりとした表情になることがあります。

加えて、口を開いて食事をする「クチャクチャ食べ」や、発音が不明瞭になってしまうこともあります。

あいうべ体操は、みらいクリニック（福岡県）の今井一彰院長が考案しました。

口の周りの筋肉を鍛えることで口呼吸を鼻呼吸にし、さまざまな病気の改善に役立つ体操です。

道具がいらず、どこでも簡単にできることが特徴です。

あいうべを1セットとし、1日30回を目標に毎日続けましょう。

《《《 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. お金などの貴重品は、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ないか、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。

☆☆ 家庭の取り組み ☆☆

コミュニケーション（しかり方）

◇ しかる前に --- 重要ポイント！
普段からのコミュニケーションが必要です。

「しかる」という形でメッセージを伝えるには、子どもが話を聞こうとしたり、理解しようとしたりすることが必須です。

そのために、子どもと大人が、普段から確かなコミュニケーションを取り合える関係であること、または、取り合おうと努力しておくことが必要です。

◆ 「しかり方」のポイント

① 感情的なしかり方では効果がありません。

子どもを大声で、まくし立てるようにしかるのはよくありません。

子どもは周囲の目が気になり、その場をやり過ごそうとするばかりか、反抗的な態度になりかねません。

そうすると、自尊心も低下します。

また、なぜ良くないことなのか納得できないこともあります。



「教育力向上福岡県民運動
ホームページ」より抜粋

こどもよす

たんぽぽぐみ
0才児



1月から新しいお友だちが2名入りました。最初は寂しかったのですが、保育士が笑いかけると笑い返してくれ、保育士やお部屋に慣れてきてることが窺えます。気持ちを受け止め、寄り添いながらたくさん笑って、たくさん遊べるように信頼関係を深く築いていきます。朝のお集まりのときに「コンコンクシャン」、「まめまき」、「きらきら星」などを歌っています。歌も歌えるようになったり、保育士がしている振り付けを覚え、ピアノの音が流れると、子どもたち自ら振り付けを見せてくれるようにもなりました。「コンコンクシャン」の歌では、歌詞の最後に口に手を当てくしゃみの真似をする箇所があります。子どもたちは、口に手を当て小さな手を一生懸命伸ばして広げる姿はとても可愛くほほえましい姿です。今月もたくさんさんの歌に触れながら、楽しんでいきます。

たんぽぽぐみ
1才児



朝のお集まりで歌をうたっています。皆、歌が大好きで、歌える部分を一緒にうたったり、身体を揺らしたり、振りをつけたりして楽しい時間を過ごしています。最近では、曲名を言う子、印象的なフレーズで伝える子、身振りで伝える子と様々ですが、自分の思いを伝えていきます。1度に歌うことは出来ないで、順番に歌うのですが、自分が歌いたい歌を早くうたいたくて、泣いたり、怒ったりしてしまう子もいて大騒ぎのお集まりです。最近になって、春に歌っていた「こたりの歌」、「ちょうちょ」、「チューリップ」などが久しぶりに出てくるようになりました。季節に関係なく、好きな歌をリクエストするので、季節感のない歌も多くなってきましたが、色々な歌を覚えたこと、これが歌いたいと伝えられるようになったこと、たくさんさんの成長を感じながら過ごしています。

すみれぐみ
2才児



発表会に向け、練習を頑張っています。それぞれの役になりきり、保育士や友だちとの言葉のやり取りを楽しんでいます。緊張して固まってしまう子もいますが、大好きな家族の方に見てもらおうことを楽しみに、練習を頑張っています。以上児クラスのお兄ちゃんやお姉ちゃんたちに、「かっこよかったよ」と褒めてもらい、その後の練習は、さらに意欲的に参加する姿が見られました。恥ずかしい気持ちを抱えながらも、ステージに立つこと、そして、保育士や友だちと一緒に楽しむことを目標に取り組んでいます。すみれ組の子どもたちは、初めての発表会になります。当日は、恥ずかしい気持ち、不安な気持ちなど、色々なことを乗り越え、頑張る子ども達の姿に、心の成長を感じてもらいたいと思います。たくさんさんの拍手で、温かい応援をよろしくお願い致します。

ちゅうりっぷぐみ
3才児



泣くのも笑うのも、怒るのも全力の子ども達。毎日、とても賑やかです。「元氣いっぱい！」の言葉がぴったりな今年のちゅうりっぷ組さん。見るもの全てに興味をもち「何するの？」と好奇心旺盛で、「やってみよう！」とすぐにチャレンジするところが最大の魅力です。その魅力は合奏や劇などにも存分に発揮されており、「発表会楽しみ！」と頑張っています。一方、大勢の人に見られるという非日常的な環境は、心の負担になる一面を持ち合わせているため、ステージに立つと「緊張や不安」といった感情が湧き、「楽しむ」という感情を抱きにくい子もいます。発表会当日は、ステージに立つ気持ちを想像しながらご覧いただき、温かい雰囲気を作っていたいただけと嬉しいです。演目終了後、温かく大きな拍手で子ども達を包み込んであげられたらと思っています。

ばらぐみ
4才児



温度差が大きく、体調管理が難しい日々が続いています。手を洗ったり、衣服の調節を意識したりするような行動が、風邪を予防すること、と少しずつ繋がってきているようです。特に手洗いは、イラストを見ながら友だちと確認し合っている姿もあります。それらの行動が体調管理と結びついていくよう引き続き見守り声掛けを行っていきます。先日、子ども達どうしで言い合いになる場面がありました。互いに強い思いがあり譲れず、途中から涙も出てきました。しかしどちらも、最後まで相手の話を聞くこと、自分の考えや思いを伝えることをあきらめず、自分達で納得のいく答えを出し、問題を解決しました。自分だけが一方的に話すのではなく、相手の思いや考えを聞こうとする思いやりの気持ちが育っていると感じた出来事でした。

ひまわりぐみ
5才児



1月は生活発表会へ向け、意欲的に取り組みました。劇の最後に玉手箱を開けるか開けないかをみんなで話し合いました。「魚たちと約束したから開けない」、「開けた方が面白いから開ける」などの意見が出ました。合奏・遊戯では遊戯、太鼓、鈴、タンバリンを音楽に合わせて披露します。全員で合わせるとそれぞれで練習している時には感じられなかった、合わせることの難しさと楽しさや面白さを感じる事ができました。そして、リハーサルで3才児の子ども達に「かっこいい！」と言われたことが自信に繋がりました。発表会当日は緊張するかもしれませんが、みんなで心をついに、やり遂げた達成感を感じられるよう願っています。これからは就学に向け、早寝早起き、挨拶、食事のマナー、持ち物の始末などを、見直しをもってできるようにしていきます。