

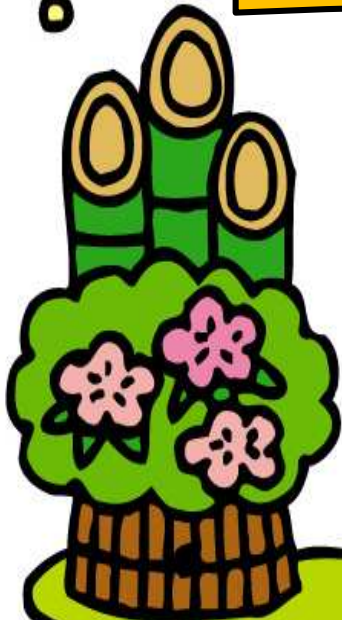


<今月のねらい>  
寒さに負けず  
元気に活動しよう!

1月



園だより



学校法人 野間学園

野間幼稚園





# 今年も残りわずか…

早いもので2011年も残りわずかとなりました。2学期は、運動会や芋掘り遠足、作品展やおもちつきなどたくさんの行事が行われました。保護者の方の多数のご協力ありがとうございました。行事を重ねるごとに最後まで頑張る力や仲間と協力する力などさまざまな力を身につけ、大きく成長した子ども達は寒さにも負けず元気に園庭を駆け回っています。2月のおゆうぎ会に向けての練習も始まりました。子ども達はお遊戯や音劇、ミュージカルや合唱・合奏などに挑戦します。毎日、一生懸命取り組んで練習をしていますのでご家庭でも子どもの頑張りを認めてあげ、励ましの言葉をよろしくお願い致します。

年末年始は、ご家族揃って楽しく過ごされることと思います。外出される機会も増えると思いますが、小さな子ども達は生活リズムが崩れると体調を崩しやすくなってしまいますので、普段の生活リズムを崩さないように心がけましょう。そして新年には元気な子ども達に会えるのを楽しみにしています。年が明け、3月には進学・進級を迎えます。年度の仕上げの学期として一日一日を大切にしながら、次のステップに向け力をつけていけるよう精一杯取り組んでいきます。来年度もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



## 《行事予定》

- 10日(火) 始園式 11時降園  
バスの運行は朝は平常通り、帰りは11:30降園の時間より30分早い時刻表となります。
- 11日(水) 平常保育開始 給食開始
- 14日(土) 全園児登園日 11:30降園
- 18日(水) 身体測定
- 21日(土) 全園児登園日 11:30降園
- 23日(月) 避難訓練、1月生まれお誕生会
- 28日(土) 全園児登園日 11:30降園

14日(土)21日(土)28日(土)はおゆうぎ会まで日にちが限られていますので全園児登園日となります。制服登園で、バスは朝は平常通り、帰りは11:30降園の時刻で運行しますのでよろしくお願いします。



# 冬休みの過ごし方

早寝早起きをしよう！

暴飲暴食をしないように注意しよう！

お父さんやお母さんのお手伝いをしよう！

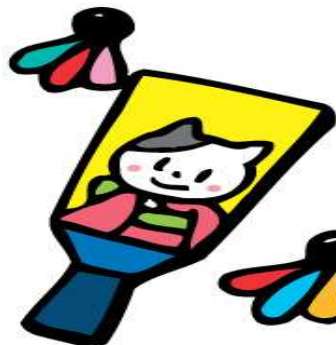
外にでてたくさん体を動かして遊ぼう！

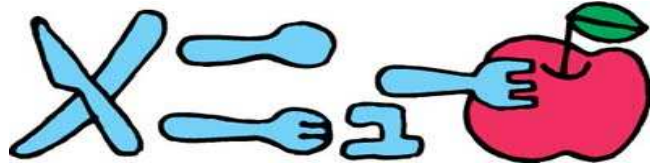
長期休暇は、生活のリズムが乱れがちです。規則正しい生活を送りましょう。また家族の一員として、必ず何か一つは子ども達にお手伝いをさせてあげてください。寒い日が続きますが、暖房の効いた室内ばかりではなく、戸外で体を動かして体力づくりを行いましょう。そして1月の始園式の日には、元気に登園できるよう過ごしてくださいね。



## お正月の玩具について

季節感を感じ、日本の伝統的なお正月の遊びを体験するために保育や自由遊びの中でお正月の遊びを取り入れたいと思います。新学期が始まりましたら、かるた・双六・福笑い・コマ・羽子板などお正月の遊びができるものをお持ちの方は、記名の上お子様に持たせて下さい。(必ずではありませんのでなければ持たせなくても構いません。)

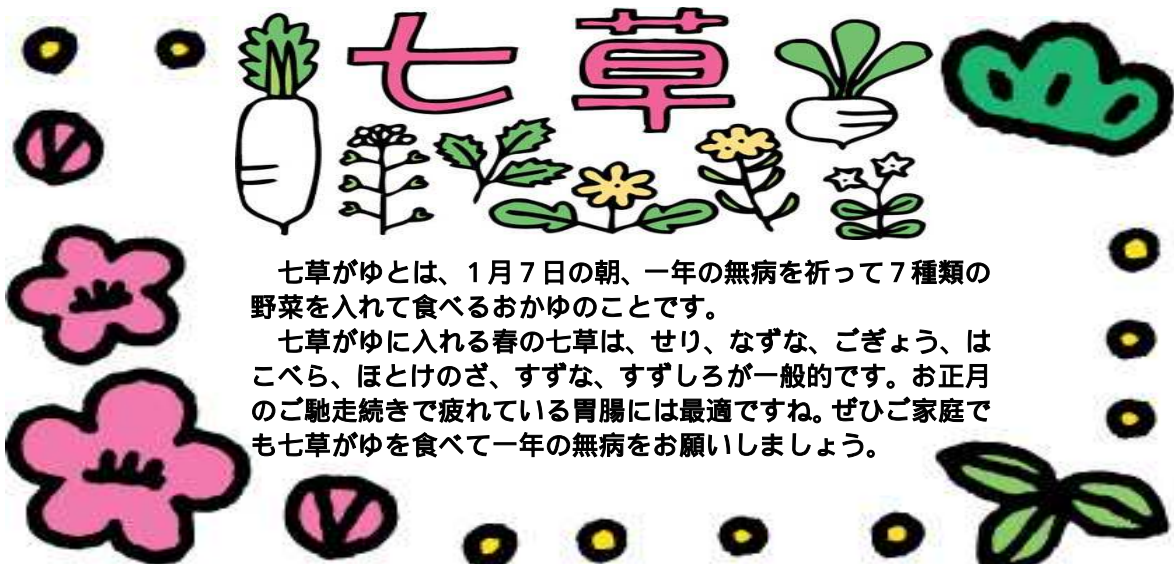




日	曜日	昼食
18	水	ごはん、鶏肉と里芋のうま煮、大根の味噌汁
19	木	ごはん、竹輪の磯辺揚げ、レタス、チキンスープ
20	金	パン、豚肉の生姜焼き、ミニトマト、カリフラワーとブロッコリーのサラダ
23	月	ごはん、だぶ、じゃこサラダ
24	火	ごはん、燻魚（シュンクイ）、レタス、ほうれん草の五目炒め
11・25	水	ごはん、ポトフ（だいこん）、ひじきとツナ、コーンの煮物
12・26	木	ごはん、スペイン風オムレツ、ゆでブロッコリー、新 チンゲンサイのミルクスープ
13・27	金	パン、がんもどきの中華風うま煮、三平汁
16・30	月	ごはん、魚のみそ煮、レタス、白雪サラダ
17・31	火	ごはん、白いんげんのカレーシチュー、小松菜とちくわの炒め物



寒いこの時期、風邪をひかないようにするには栄養をしっかりと体に入れることが大切です。**冬の野菜は体を温めてくれます。**たくさん食べて元気に過ごしましょう。



七草がゆとは、1月7日の朝、一年の無病を祈って7種類の野菜を入れて食べるおかゆのことです。

七草がゆに入れる春の七草は、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろが一般的です。お正月のご馳走続きで疲れている胃腸には最適ですね。ぜひご家庭でも七草がゆを食べて一年の無病をお願いしましょう。

## はじめてみませんか？台所育児！！ ～お料理が育てる力～

「食育」という言葉が頻繁に聞かれるようになりました。そもそも『食育』とは何でしょう？食育基本法の中では、「食育」とは生きる上での基本であって、**知育・徳育及び体育の基礎となるべきもの**とされています。五感をうんと働かせて、食べ物に向かい合う時、子どもはワクワクと心が動きます。ひとりで料理が作れたら、「ワァ！すごい！」と素晴らしい力を持った自分に自信がわいてきます。つまり『**台所育児**』は**台所体験を通じて、子どもの感受性と知的好奇心を広げ、自分でやってみる・自分で発見する「五感のリアル体験」**なのです。小さい子どもにはじめて包丁を持たせる時はお母さんも心配です。しかしこの体験により子どもは自分で考え、体験し、そして大きな自信をつけていくのです。生きてゆく力を毎日の暮らしの中で育てましょう。

### 「台所育児」の効果

#### 〔育脳〕

子どもの五感(視覚 聴覚 嗅覚 触覚 味覚)を豊かに刺激する

・ナスのヘタにはトゲトゲがあって、触ると痛い。・玉ねぎは切ると目がしみるし、生は辛い。等

香り、色、断面図など様々な視点から観察することで、食物全般に興味を持つようになる。

指先をよく使う 賢くなる

数、計量、数学的思考力がつく。料理は科学実験でもある

#### 〔心を育てる〕

親子のコミュニケーション 信頼関係 達成感、自信、自己肯定感

#### 〔食育・生きる力〕

苦手な食材も、一緒に料理を楽しむと、よく食べる 自分の食べるものは自分で作れる人間に

大切なことを、経験を通して伝える

#### 〔コツ・ポイント〕

親子一緒に台所に立つ

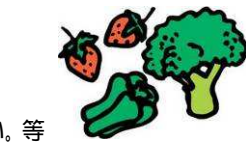
はじめはできなくて当たり前！失敗しても叱らない

失敗も経験。失敗するからこそ、料理してくれる人に感謝の気持ちを持てるのです。

鍋やフライパンなどには、ぎりぎり火傷しない程度に熱くしてから、触らせてみる。

経験を通して、「これは危険」と学ばせる

「教える」「怒る」「注意する」のではなく、「やって見せる」「言って聞かせる」「させてみる」「誉める」「笑う」「楽しむ」



子どもの体、脳は、現代生活(特に食生活とメディア)に大打撃を受けています。発達障害を持つ子の増加は、これらが背景にあると指摘する研究者も多くおられます。食事は子どもの脳、体、心を育てる上で、何よりも大切なこと。

さあ、子どもたちを台所に呼んであげてください。

参考文献：『坂本廣子の台所育児～一歳から包丁を～』著\*坂本廣子

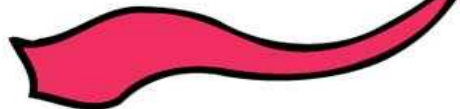
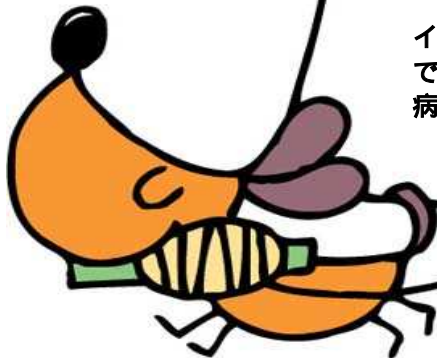




インフルエンザは、空気の乾燥した冬が最も流行しやすいといわれています。インフルエンザウイルスは寒くて乾燥した空気を好みます。そのため、インフルエンザ予防には部屋の加湿が重要です。

部屋は適度な湿度（60%～70%）を保ちましょう。  
定期的な換気を心がけ、汚れた空気と新鮮な空気を入れ替えましょう。  
手洗い・うがいを丁寧に行いましょう。

インフルエンザだけでなく、様々な菌から体を守る第一歩です。外から帰った時は、必ず手洗い・うがいを行い、病気に負けない体を作りましょう！



## 子どもの乾燥肌予防とスキンケア

子どもの肌はとてもデリケートです。特に冬は湿度が低く、エアコンによる空気の乾燥によって肌荒れが起こりやすい季節です。適切な予防とスキンケアで子どもの肌を守ってあげましょう。

### 毎日お風呂に入り、肌を清潔に保ちましょう

寒いとついお湯を熱めにしがちですが熱すぎると皮脂まで流れおち皮膚のバリア機能が低下しますので湯温は熱すぎないようにしましょう。

### 肌の乾燥が強い時は保湿剤を使いましょう

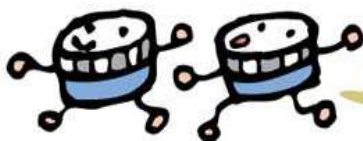
子どもに合った保湿剤を使いましょう。入浴後は肌に水分が残っているうちに塗りましょう。

### 肌を刺激する素材の服は避けましょう

化学繊維は静電気が起こりやすく、肌を傷つけてしまうのでなるべく避けましょう。

### 部屋の空気の乾燥に注意しましょう

エアコンは空気が乾燥しやすいです。適度な換気をし、加湿器などで乾燥しすぎないようにしましょう。





# 子どもの自立を助ける環境~子どもにとって良い環境とは?~



今の日本は物質が豊かに溢れ、子どもの為のおもちゃもかわいいすてきなものがたくさんあります。しかし、果たしてそれらは子どもにとって嬉しいものでしょうか。ただネジを巻くだけでゴトゴト動き出す自動車や怪獣、ただ抱っこするか、なでだけの縫いぐるみなどは、どんなに豪華だったりかわいいものであっても、子どもは、それで本当に楽しむことはできないのです。子ども達の為に準備するものは、豆類や、洗濯バサミ、シール、ビー玉、毛糸などでも十分です。それらを指先や手首を使って注いだり、すくったり、はめたり、通したりできるようにし、しかも、色や形によって分類したり、並べたり、段階づけたりできるように工夫して、1そろいずつセットにして整えてあるだけです。お金はほとんどかからないし、種類もそんなに沢山ありません。しかし、子どもは、目と手を使い、ある時は耳を澄ませ、楽しそうに何時間でも遊んでいます。洗濯バサミの挟み方が上手になり、色の順序や配合が美しくなったり、シールの貼り方に秩序が出てきて組み合わせが複雑になっていくのを見ていると子どもの手の使い方が上達すると同時に、分析、集合、対応、比較などの知的働きが、目と手の協応動作に伴って生き生きと展開しているのが分かります。

ここでいう「環境」とは、こどもの自立を促す周囲の条件とか、発育中の機能の完成を助ける手がかりともいえる意味をもっています。子どもの自立を促す環境、機能の完成を助ける環境、真の自由を保証する環境、心の糧を提供する環境などといわれる「環境」とは、具体的にはどんな性質があるのでしょうか。

## 子どものサイズであること

子どもが自分で手を使ってする際に、道具が子どもの手の大きさにや背丈や力にちょうど良い事。

他人の手を借りずに自分ですることができます。

## 活動を可能にする道具、材料

集めたり、ばらばらにしたり、動かしたり、回したり、置き替えたりなど、手を使い体を動かして活動し続けられるのが良い。ただじっと眺めたり、触ったり、抱いたり、ねじを巻くだけだったりするものには、子どもはすぐ飽きてしまいます。

## 適切な広さと保護されている雰囲気

活動が発展していくのには、ある程度の広がりや可能にするスペースが必要。しかし同時にだだっ広くないことです。「大丈夫よ。」という優しい保護のまなざしや支えを背後に感じてこそ、子どもは自由に大胆に振る舞えるのです。

## 子どものテンポが保証されている場

自由のテンポを認識して、自分のリズムでやれる場所が保証されていなければなりません。

## 集中を可能にする状況

自分のリズムで活動を続けていくうちに集中に至るのですが、周りがあまりにも騒がしかったりすると、深い集中に入るのが難しいことがあります。

## 美しいこと

子どもは美しいものにひかれます。色やツヤ、形など、子どもを取り巻くもののすべてが上品で美しい事が大切です。

## 本物であること

「子どもだから」とか「壊すから」といって、イミテーションやプラスチック製品ばかり与えてはなりません。むしろ本質に敏感な時期にいるからこそ、本物を使うことが大切なのです。陶器、木目の美しいもの、生花、アイロンがけられた布のテーブルクロス等を子どもの為に使うと子どもは物を大切にようになります。また、良いものを味わう心が育ちます。

## 制限がある事

子どもの周囲にあるおもちゃや道具はあまり多すぎではなりません。多すぎると、子どもの精神は散乱し、次から次へと気移りがし、なにをしても中途半端になります。

## 秩序があること

子どもが生活する場には秩序が隔々にまであることが大切です。子どもは秩序を手がかりとして動きますから、秩序がないと混乱します。道具や物の置き場所、置き方などの秩序の程度に応じて子どもは安定します。

## 自由に使える状況

いくら良い道具やおもちゃがあっても、鍵のかかった戸棚や手の届かない高い所においてあったりして、子どもが「今やりたい」と思ったとき、すぐに自分でとりかかれなかったら困ります。こどもが自由に選んでとりかかることが、成長につながる活動の出発点だからです。



参考文献：『ママ、ひとりでするのを手伝ってね!』より抜粋 著者\*相良敦子

子どもの遊びを高く評価した、幼稚園の創始者フレーベルは、本当に意味のある遊びを次のように言っています。「力一杯に、また自発的に黙々と忍耐強く、体が疲れきるまで根気強く遊ぶ子どもは、忍耐強い、他人の幸福と自分の幸福のため献身的に尽くす人になる」こどもが本当にやりたいことは、すぐに飽きて投げ出してしまう活動ではなくて、自分の目も手も頭も総動員して全人格的に活動することなのです。そんな活動をしなが、機能を完成し、心の自由を獲得し、自立していくのです。それを可能にするような手がかりを与えることが大人のすべきことです。