



先週の土曜日に本県が梅雨入りしました。今週も月曜から雨となりました。これからしばらくはうっとうしい毎日が続きそうですが、子どもたちには元気で過ごしてほしいと思います。

さて、新年度に入って、もう2か月が過ぎようとしています。たった2か月ですが、子どもたちの成長は早いなあ、と感じます。4月当初は、登園したその時から「帰りたい」「ママに会いたい」と言って泣いていた子どもたちが、今はにこにこして登園し、友達と仲良く過ごすようになってきました。ただ、一方で、今まで元気で登園していた子どもが、朝、保護者との別れが悲しくなって泣き出すこともあります。子どもの心はデリケートだなと感じさせられます。

ところで、家庭ではいかがでしょうか。お子さんは園でのことを話していますか？ お子さんの話や表情などから気になることがありましたら、担任までお知らせください。

○ 本年度1回目の「チャイルドルーム」を実施しました。

23日(水)の10時半から11時過ぎまで短い時間でしたが、本年度1回目の「チャイルドルーム」を開催しました。天気がすっかりしない中での開催となりましたが、約40組の未就園の親子の参加を得ました。

開会前は、ともに表情が硬く、緊張しているように見えた親子もありましたが、開会後は、親子でふれ合い遊びやゲームなどを行っているうちに、徐々に表情も柔らかく、笑顔も見えるようになってきました。

ふれ合い遊びは、家庭でも親子で簡単にできるものでしたので、ぜひ、家庭でもやってほしいなど、思いました。

この企画は年間6回を予定しており、本園の教育・保育活動の状況や園の様子を理解していただく上で、よい機会になると思います。



○ 清武みどり幼稚園の運動会に行ってきました。

26日(土)の午前中、姉妹園の清武みどり幼稚園の運動会が清武総合運動公園の日向夏ドームで行われましたので、行ってきました。当日は梅雨入りした日で朝から雨が降っていましたが、ドームだったので予定通り実施できました。新しい学年が始まってまだ2か月でしたが、子どもたちは行進も上手で、年少組から年長組までみんなきまりよく、かけっこや団技、ダンス、リレーなど元気いっぱいがんばっていました。競技には0歳児から2歳児も保護者と一緒に参加し、楽しい運動会となりました。

本園は10月に予定しています。すでに年長組は組体操の練習も始めています。子どもたちの活躍が今から楽しみです。

○ 園外保育

今週は28日(月)に年中組が「市民の森公園」へ、30日(水)に年長組が青島にある「植物園」にお弁当を持って園外保育で行く予定でした。しかし、昨日は雨で年中組は園での活動となり、子どもたちはお弁当を教室で食べました。明日は雨は降らないで、と願うばかりです。



○ 行事に関するアンケートについて

本紙No.7で運動会・発表会の実施曜日を日曜日から土曜日に変更することについて、保護者の皆様のご意見を伺っています。これまでにいろいろなご意見をいただいています。ありがとうございます。今週末までご意見をいただき、まとめていきたいと思っておりますので、ご意見やお考えをお持ちの方はぜひお聞かせください。よろしくお願いいたします。

○ 宮崎学園短期大学2年生の教育実習が始まりました。

昨日28日(月)から宮崎学園短期大学の2年先生の教育実習が始まり、本園には7名の実習生が来ています。3週間、保育教諭になるための実習を積み重ねていきます。園児とも仲良く、充実した実習にしてほしいと思います。

実習生の名前と所属学級をお知らせします。

もも：矢田部 智佳 先生 たんぽぽ：入佐 佳小里 先生 ひまわり：見山 加奈子 先生
すみれ：高瀬 美月 先生 ばら：青柳 里歩 先生
うめ：坂元 佑美佳 先生 きく：塩川 あい 先生



○ 足の健康（足育）5

27日付けの内容です。今回は0歳児の保護者の皆さんには耳寄りな情報ではないでしょうか。

くつを履かせ始めるタイミングはいつ？「室内で10歩くらいを安定して歩けるようになったら」が目安とのこと。慌てずに成長を待つことが大事のようです。

くつの選び方は？爪先は、足の指が自由に動かせる広さと厚みがあるか。足が曲がる位置（指の付け根の間接の部分）でくつも曲がるか。爪先をくつ底側から指で軽く押すと曲がり具合が確認できます。かかとには芯が入っているものが、子どもの不安定なかかとを安定させてくれるそうです。

○ 新聞はおもしろい！

これまで、本紙で地元新聞に掲載されている「足育」の話を紹介していますが、23日(水)の新聞で「免疫力」に関する記事を見つけました。

「免疫力」とは生きる力のこと。私たちの体を外敵から守る力であると同時に、体内で発生する問題を解決する力のこと。この免疫力を高める方法が書いてありました。

それは、「体温を上げること」だそうです。人間が生きていく上で必要な酸素と水は、体内で行われる化学反応に深く関わっており、この反応を効率的に行うために体温が必要だとか。体温が保たれていると化学反応がスムーズに進み、心臓や肝臓などの臓器の働きが活発になり、血流もよくなって免疫力がアップするそうです。体温は低すぎると動きが緩慢になり、高すぎると熱中症のようになり、どちらもよくありません。人には適温があり、適温の範囲に体温を保つことが免疫力を高めるため重要なのだそうです。

では、人の体温の適温とは何度？ ネットで検索してみました。36.5℃～37.0℃が最も健康的で免疫力が高くなるそうです。ところが、現代は平熱が35℃台という低体温の人が増えているそうです。

したがって、健康であるためには、体温を下げずにいつもより高めに保つように意識すること(このことを上体温というそうです)が大切だということでした。私は、子どもたちとたくさん遊んで、上体温を心がけたいと思います。

新聞はこのように様々な情報を得ることができ、読んでいておもしろいと思います。これからも、私の独断で申し訳ないですが、気になった記事は紹介していきますね。