



2021・7・9
富岡 保育園
年少・年中 No.5



真剣な表情
をご覧ください！！



7月7日は、七夕さまでした。保育園でも七夕会を開き、七夕のお話を聞き、年中さんがピアノ力奏で「かえるのうた」を演奏し、わらべうたあそび、富高先生のキレイキレイのダンス「昆虫太極拳」と楽しいひと時を過ごしました。子どもたちも「お家でも七夕飾り作ったよ！！」と嬉しそうに教えてくれました。

子どもたちの微笑ましい願い事を紹介します。(年長・年中・年少で書きました)

- ・パパになりたいです。
- ・けいさつかんになりたいです。
- ・みんなが、げんきでくらすますように。
- ・かめんライダーのえいががみたいです。
- ・コロナがおわりますように。
- ・おはながいっぱいさきますように
- ・プレゼントがほしいです。
- ・えらくなりますように。
- ・ぱとカーになりたいです。
- ・たがめをつかまえたいです。
- ・きめつのやいばのけんがほしい。
- ・かngoふさんになりたいです。
- ・プリキュアになりたいです。



クッキング活動を始めます！！

昔も今も子ども達は『ままごと』が大好きです。子どもは、クッキングになると目を輝かせます。なぜかと言うと、大人と同じことをしているという喜びだけでなく、水で洗ったり、ちぎったり、こねたり、丸めたり、切ったりといった料理の作業一つ一つには、遊びと同じ作業が入っているからです。子どもにとってクッキングは最高の遊びでもあり、しかも、最後は『食べる』と言う結果が明確に現れるものです。苦手だった野菜も自分で作ったとなると全部食べてしまうということも度々です。献立表を見て、クッキングがある日は、年少さんも年中さんもエプロン・マスク・三角巾を持たせてください。

1回目は、来週7月14日(水)カレーパーティーです。準備をお願いします。

特集「子どもと眠り」夜寝るときには

睡眠は、「生活リズムの基本」。生活リズムを整えることは健康を維持する為に重要です。とはいえ、「だから子どもに早く寝て欲しい」とは思っているのに、子どもが寝てくれない、寝たがらないということもありますよね。

子どもに、眠るのは楽しいことだと言うイメージを持たせることも大事なのですが、大人はつい、「早く寝なさい!」ときつく言ってしまいます。こわいされると子どもは「おこられた」と感じますし、意識が覚醒して、ますます眠れなくなります。

夜は、脳の特性として大脳皮質の抑制が弱くなっていくので大人もイライラして、そのことを自覚し、感情的にならないように気をつけながら言ひましょう。

寝るときに必ずやることを決めておくことも効果的です。「就眠儀式」と呼んでいますが、パジャマに着替える、歯磨きする、「おやすみなさい」といって部屋の電気を消す。これらもその一つ。毎晩同じことをやると、今から寝るんだと気持ちの切り替えが出来、安心して眠りにつくことが出来ます。

就眠儀式には、子どもが楽しいと感じられるものを取り入れると良いでしょう。ただし、楽しくても体を動かす遊びはいけません。体温が上がって眠れなくなってしまいますから。スマホで動画を見たりするのもダメですよ。光る画面を見て覚醒してしまいますからね。絵本の読み聞かせもいいし、翌日にどういった楽しいことがあるかを親子で静かに話したりするのもいいと思います。静かにゆっくり、眠りの世界に行きましょう。

「母の友」福音館出版 2016年5月号 白川修一郎 睡眠評価研究機構代表 医学博士

お誕生会デビューしました!

まどか先生のご指導の下、4月から始めたマリンバを6月のお誕生会で演奏しました。年少さんにとっては、マリンバとの初めての出会い「ぶどう」の三文字の言葉に合わせて二つの音を一緒に鳴らすことから始まりました。それから「わにのうた」の伴奏に合わせて演奏し、さらに「メロン」のリズムも加わり、一曲が完成しました。登園したらマリンバを弾くことが毎日の日課になり、子どもたちの方から「せんせい、マリンバは?」と聞いてくるようになり、その結果、本番では緊張する様子もなく張り切って演奏することができました。拍手をもらい、照れたように微笑む子どもたちはとても輝いていました。練習することを楽しんで毎日続けられた子どもたち。これからますます楽しみです。

