



認定こども園 同仁東保育園 R7、2、1発行

「鬼は外！福は内！」いよいよ節分の季節がやってきました。子ども達も製作で鬼のお面や豆入れを作り、着々と準備が進んでいます。子どもたちの可愛いほっぺが赤く色づき、まだまだ寒さを感じる今日この頃ですが、豆まきでは、思いっきり鬼退治を楽しみたいと思います。そしてこの時期ならではの遊びを楽しむことで、季節の移り変わりを感じてもらえればと思います。

寒い日が続きますので温かいものを食べて風邪をひかないよう元気に冬を乗り越えましょう！！

保育園コラムリレー

先日ちゅうりっぷ組さんが、ホールで運動遊びを行いました。跳び箱やバランスブロック、鉄棒などを使用し跳ぶ・ぶら下がる・バランスを取り歩くなど様々な動きにチャレンジし、ホールの階段にはマットを敷き手足の力を使い登っていくなど普段できないような動きを取り入れた活動を楽しみました。私は参加できず、動画や写真を見ながら子どもたちの様子を聞いたのですが、真剣な表情を浮かべながらも楽しんでチャレンジする姿にビックリ！！担任の先生たちも「こんなことができたんです！」「最初は怖がっていたけど3回目で1人で出来たんです！」と嬉しそうに教えてくれ、子どもたちの成長と一緒に喜ばせてもらいました。

真剣に取り組む子どもたちの姿を見て、小さい頃から楽しみながら様々な経験をしていくことで恐怖心がなくチャレンジできたり、難しい事でも誰かと一緒にやってみたらできた！頑張ったら一緒に喜んでくれた！という気持ちを味わえ大きくなって「やればできる」「大変だけど頑張ってみよう！」という気持ちに繋がって行くのだらうなと改めて感じさせられました。

ちょっとした工夫でそれを力にしていく子どもたちのパワーってすごいですね！！今、ちゅうりっぷ組さんはマラソンも頑張っています。もうすぐ進級ですが、これからの成長がとても楽しみです!(^^)!

年少Gリーダー 佐川 寿英



- 3日(月) 節分集会(全園児)
そろばん教室(5歳児)
 - 4日(火) ちびっこ広場
 - 5日(水) くれよん交流
 - 7日(金) 英語指導(4, 5歳児)
 - 10日(月) そろばん教室(5歳児)
くれよん交流
 - 11日(火) 建国記念日
 - 12日(水) 落語(4, 5歳児)
 - 13日(木) くれよん交流
 - 14日(金) 体育指導(4, 5歳児)
 - 15日(土) 保育参観(全園児)
 - 17日(月) サッカー教室(あか、みどり組)
あお組遠足
 - 18日(火) ちびっこ広場
 - 19日(水) 音楽指導(4才児)
 - 20日(木) 東小と認定こども園との交流(5歳児)
 - 21日(金) 高中と認定こども園との交流(5歳児)
 - 23日(日) 天皇誕生日
 - 24日(月) 振替休日
 - 25日(火) みどり組遠足
 - 26日(水) 避難訓練(全園児)
 - 28日(金) あか組遠足
- * 年長クラスの遠足は都合により年間の日にはちとは異なります。

<節分集会>

もうすぐ節分です。「みんなの心の中にも鬼がいるんだよ」と言ったら「えー！！」と、子どもたちは大騒ぎ。元気に豆をまいて自分の心の中の鬼を追い出したいと思います。集会当日は、本物の鬼も登場するでしょうか？

<保育参観>

15日(土)に保育参観を予定しています。今回も保育参観は各クラスのお部屋が狭いことにより、子ども1人に対して1人の参加とさせていただきます。ふだん見られない子どもたちの姿を見ていただけたらと思います。ぜひ楽しみに！！

<年長さんの遠足>

今月は年長さんのお別れ遠足を予定しています。早いものであと2ヶ月で卒業してしまうひまわりさんと楽しい思い出作りに出かけます。詳細は後日クラスの前に貼り出しますので確認をお願い致します。

=スマホと子育て=

スマートフォンの利用が当たり前になった今、子どもにスマホを見せている間に、急いで用事を済ませるようなこともあるでしょう。ただ、「スマホ育児は良くないのでは」と後ろめたさを感じる方もいるかもしれません。上手な活用方法について考えてみましょう。

<スマホを育児に使う上手なポイントはルール決め>

・時間を決める

「時間を決める」というルールは小児科学会でも推進されており1日合計2時間までが目安です。また、日本眼科医会では、30分に一度は目を休めることをお勧めしています。

・場所を決める

明るい所で離れてみる。ちなみに動いている乗り物の中でのスマホ利用は目の負担が大きい為、避けた方が良いとされています。スマホなどのデジタル画面との距離は30センチ以上取ることが望ましいそうです。

・テレビやタブレットを使う

なぜなら、スマホで文字を読む際の視距離は平均20センチで、紙媒体やテレビを見る時より近いというデータがあるからです。その結果目が疲れやすく近視につながりやすいといえます。視力低下を予防するためには、できる限り大きな端末を使うことが大切です。

・親の監視下で使う

親の監視下で使用すれば、時間や場所、姿勢や視聴コンテンツが把握できるので安心です。

<ルールを決めて使用しスマホから離れた時間の使い方も大切に！！>

子どもと目と目を合わせて話し掛けること、ぐずる時は抱っこしたり「どうしたの？」とゆっくり話を聞くなど、スマホから離れてゆっくり触れ合う時間は大切。そうすることで子どもは安心し親子の愛着関係も育まれ、スマホに子守を頼むことも少なくなります。

親子のコミュニケーションを大切に思い切り体を動かしたり自然に触れたりするなどバランスを考え、スマホだけといった偏った子育てにならないように ということですね。

* ルールを守って子どもがスマホを見ている間に洗濯物を干したり、一杯のコーヒーを飲んでほっとしたり・・・など、育児の1つのツールとして上手に使いましょう。

参照資料：mamanowa