



2013年12月

あおぞら通信

湯沢市三梨町字古三梨155
Tel.0183-42-3117
子育て支援室
Tel.0183-42-5222



心を豊かに育てるために、乳幼児期はどんなことに気をつけたいの？

A) 朝の光と保護者の笑顔で、“心の要・セロトニン神経”をしっかりとつくることです。

セロトニン神経は、生後約5年間にいろいろな刺激により作られますが、この時期に特に大切なことは、おひさまのリズム（朝は明るく、夜は暗くという刺激）を毎日規則正しく視覚から与えることと、たくさんの「安心」の経験をするために、保護者が笑顔で「大丈夫だよ」と安心を生む声かけをすることです。

セロトニン神経がうまく働かない脳では、不安は不安のまま取り除かれず、ストレスが増大。思春期の悩みや問題に心が耐えられないことが心配です。感情のコントロールもうまくいかず、恐怖や衝動性を抑えられず、大きな攻撃性を生んでしまう危険性もあります。「キレル」という言葉が表す状態は、これに近いものだろうと考えられます。

また、乳幼児期に、安心できる心の要・セロトニン神経がしっかり作られていれば、マナーやルールを守ることや思いやりの心、勉強を頑張る心などは、失敗や成功を繰り返しながら段階を経て身につけていくことができます。“あれもこれも教えなくて！”と急がなくても大丈夫。乳幼児期は、「朝の光」と「大丈夫」の声かけで、しっかり心の基礎を育てましょう。

約5歳までで子どもの基礎はつくられます。そのため早寝、早起き、朝ご飯はとて大切です。夜は遅くとも10時前には寝ましょう。寝る時は、お家の人が関わってあげると安心して眠れます。



文教大学教育学部教授
小児科専門医
成田奈緒子先生より
鈴木みゆき先生より

いよいよ冬将軍到来の季節！今年一年、保護者の皆さまにはたくさんのご協力ご支援をいただき本当にありがとうございます。

今年の秋は、なかなかお天気に恵まれず室内での活動が多くなってしまいましたが、健康苑やケアセンターで踊りの披露をさせていただいたり、先日は大風の中、園庭脇と中学校脇の畑（小野寺甚二さん畑）の大根引きにクラス毎に分かれて頑張ってきました。持ち帰った（3歳以上児）大根を翌日「大根おろしにして食べたよ」「サラダにして食べたよ」等々嬉しいお話がありました。2歳児さんのクラスではお人形さんを優しくあやす様にして抱っこしながらお母さんごっこを楽しむ姿が見られたりと、ゆうぎ会後の子どもたちは又一つ成長した姿を発揮しながら、元気に遊びや活動を楽しんでいます。

明日は祖父母参観です。おじいちゃん、おばあちゃんのお越しをみんなでおまちしております。又、年末にはご家族揃ってこたつを囲みながら、一年の締めくくりを家族みんなで振り返り、子どもの成長した姿をほめてあげてください。来年もよろしくお祈り致します。
あおぞら保育園長

子育て支援室からのおしらせ

12月のチャレンジタイムは「クリスマス楽しみ会」です。

☆12月17日（火）午前10時～11時30分

☆会費・・・無料

☆内容・・・クリスマス会☆

サンタさんがやってくるよ！！
参加お待ちしております♡

お知らせとお願い

☆朝、夕寒くなり日によっては車寄せや駐車場が凍っている場合もあります。融雪剤等で対策をしていますがお子さんの送迎の際は十分気をつけてください。車の施錠も忘れずをお願いします。



11月のふれあい&誕生会

今回のお楽しみは、カラオケ大会でした！ゆうぎ会で踊った曲で歌う子、踊る子に分かれて、また違った雰囲気みんなで楽しめ、盛り上がりました☆



11/25（月）大根いっぱいとったよ！！
“子どもは風の子”とはいいますが、風が強い中でもなんのその！！あつという間に畑から大根をみんなで抜きました。持ち帰った大根はお家でどんな料理に変身したのかな～？

12/4もちつきペタンコ

子どもたちに、日本古来の行事を体験してほしいと、もちつきを行います。ホールには「よいしょ！」の大きなかけ声とともに蒸かしたもち米がおもちに変わっていく様子に喜びながら、もちつきを楽しみたいと思います。今年はおんこ、いそべ、すまし餅♡



12月の行事予定

2日（月）交通安全教室

3日（火）避難訓練

4日（水）もちつき大会（JA主催）年少児以上参加

5日（木）、6日（金）体重測定

9日（月）防犯訓練

11日（水）ふれあい&誕生会♡

17日（火）チャレンジタイム

19日（木）クリスマス楽しみ会☆

26日（木）年末大掃除

31日（火）午前保育（11時30分閉園）給食ありません



がんばったね！ゆうぎ会☆

今回は最終控室（お遊戯直前）の子ども達の様子をお見せします！！緊張してる顔、ウキウキしてる顔…どんな顔しているのかな…？そして感動の涙あり…

