



**なかよしミニ  
なかよしミックス  
シニアサロン**

では・・・  
保育園の 1.2.3 歳児の  
子どもたちの歌やお遊  
戯、リトミック劇を見  
たり、一緒に踊ったり  
して楽しみました。



**なかよし一むでは・・・**

鍋島小紋の色紙を使って、お母さん  
と一緒にお雛様を折りました。  
おうちに飾ってくださいね♥



**育児講座のご案内**

日 時：2月27日(火) 10:00～12:00

テーマ：「お困りの事、悩み事、ちょっと聞いて！」等、ありましたら、  
お話におでかけ下さい

場 所：三光保育園 地域子育て支援センター「さんこうぼぽら」

※参加ご希望の方は、保育園までご連絡下さい



**「シニアサロンぽぽら」に遊びにきませんか**

子育て支援センター「さんこうぼぽら」では、月に1回地域の方に  
お越し頂き楽しいひと時を過ごしています。

日 時：2月23日(金) 10時から12時

内 容：簡単cooking!! おいしく会食♥

持ってくる物：エプロン・三角巾

場 所：地域子育て支援センター「さんこうぼぽら」

電話でお申し込み下さい。 TEL 31-6877



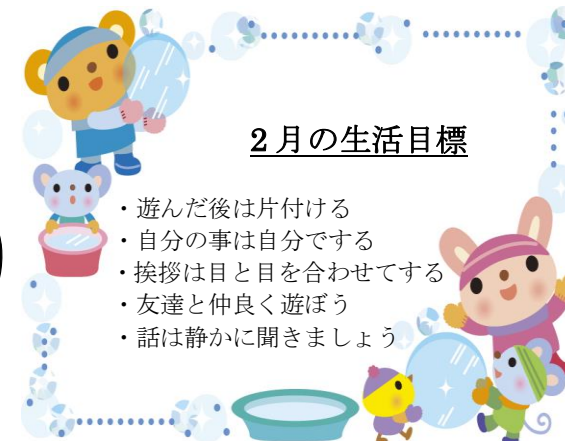
**♪育児相談・食育相談をしています♪**

三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。  
お気軽にお申し込み下さい。

※毎月第3火曜日の14時～16時までは、西九大短期大学部教員による食育相談を行って  
います。 ※事前にお電話でお申し込みの上、ご利用下さい。



永原学園地域子育て支援センター  
**さんこう・ぽぽら**  
2018年2月発行 第130号  
認定こども園 西九州大学附属三光保育園  
TEL:0952-31-6877



**2月の生活目標**

- ・遊んだ後は片付ける
- ・自分の事は自分でする
- ・挨拶は目と目を合わせてする
- ・友達と仲良く遊ぼう
- ・話は静かに聞きましょう

**「叱ることは諭すこと♡」**

子育て中のお母様方の悩みの一つに子どもの叱り方が分からないというのがありました。  
2歳前後に見られる「イヤ!」「じぶんで!」などの自己主張をはじまりにして、子ども  
の気持ちを受け止めたり寄り添いながらも、どこまで受け止め受け入れたらすればいいの  
か、なかなか難しいものですね。保育園で保育者が対応する時も、子どものおかれている状  
況や年齢、その時の本人の気持ちを受けとめ大切にしながらも、根気よく話していきます。  
そのうちに気持ちが落ち着いてくると、「わかった」「ごめんなさい」・・・子どもも素直な  
気持ちを表現できるようになってきます。

先日、中学校の養護教諭が書いたコラムに、「叱ることは諭すこと」という記事が載って  
いました。今、家庭では「ほめて育てる」流れが多く、叱る方も叱られる方も叱られること  
に慣れていない。「叱る」とは、人の良くない行動をその子が理解し、納得の上で今後の良  
くない行動を直すことができるように、しっかりとその子に向き合い、何がいけないことな  
のかを心の奥にたたき込めるよう根気よく諭すことが大事。と書いてありました。

2～3歳のいやいや期に始まり、子どもとの意見の対立は親とはいえ難しいものですね。  
しかし、いいことを褒めるだけではなく、悪いことも親や身近にいる大人がしっかりと根気  
よく向き合い、諭してあげましょう。(三光保育園長)

**「なかよしミックス」に遊びにきませんか!**

就園前までのお子様と保護者の方が一緒に参加して親子で楽しく遊ぶ集いの場です。  
★第11回目の2月は、下記の日程で実施します。

日時 2月14日(水) 10:00～12:00

2月15日(木) 10:00～12:00

内容：折り紙製作を楽しむ。お雛様を作りましょう!

場所：地域子育て支援センター「さんこうぼぽら」

持ってくるもの：コップ

※参加希望の方は事前にお電話で申し込んで下さい。

※電話の受付は、2月1日(木)からです。9時半～17時までにお申し込み下さい。



**2月の「フリーデー」について**

保育園の支援センターを下記の日程で開放します。お好きな時間にお出かけ下さい。

日時： 2月26日(月) 10:00～12:00

2月28日(水) 10:00～12:00

※事前の予約は必要ありません。

## 「失敗は成功のもと」

幼児保育学科 准教授 西田明史

先日、本学体育館において地域の年長児を対象としたプレイ・イベントを実施しました。このイベントでは、マット・とび箱・鉄棒・平均台の大型体育教材、ボール・フープ等の操作系体育教材、段ボール・新聞紙等の日用品を使用した学生考案のプレイ・フィールドが複数準備されていました。私が補助を担当したフィールドは、高さ約70cmの台の上から、50～60cm離れた位置にある跳び箱（高さ70cm、上面45×90cm）へと移る動きが課題となる遊びです。

私の担当するフィールドでは、ほとんどの子どもが不安や緊張を感じながらも、かがんだ姿勢から跳びついたり、またぎ跳んだりするなど、自分なりのやり方で挑戦していました。あるひとりの女児の順番になりました。その女児は、台上に登り、その台の端まで歩いてきました。しかし、覚悟を決め、跳び箱に移ろうとする仕草を時折見せるのですが、怖気付いているためなのか動作がなかなか伴いません。このような事例は、公園等に設置されている大型遊具においてもしばしば見られます。さて、この場合、どのように対応すればよいのでしょうか。

運動学者の金子明友は、運動ができるようになる過程を「原志向〈やってみようかな〉」「探索〈わかるような気がする〉」「偶発〈できるような気がする〉」「図式化〈うまくできる〉」「自在〈いつでも思うようにできる〉」の5つの位相で表しています。女児は、〈現在の課題に嫌な気持ちを抱いていない〉ので何度も挑もうとしたものの、〈課題を達成するための具体的な動き方がわからない〉ので行動できなかったと想像できます。したがって、女児の状況は、「現志向」位相から「探索」位相へ移行する段階だったと考えられます。「現志向」位相は運動課題を受け入れる段階、「探索」位相は目的に合う身体の動かし方を試行錯誤する段階になります。

さて、女児は、うまくできるやり方を探し出せない様子です。したがって、まずは、女児自身の運動経験の中から課題達成に適した動作を選べるようにする援助が必要です。その際、「渡る」や「跳ぶ」などの基本動作のうち、女児が〈やればできそう〉と感じる動作で取り組めるように補助することも必要です。実際、「またいで渡ろうとする女児の手をとって導く」などの補助をしばらく繰り返しました。うまくできるやり方を思い描けるようになった女児は、一人でやってみようとしています。ここでは、女児が台上から落ちそうになったときにいつでも受け止められるように準備をします。同時に、女児の動作に同調するような身振り手振り、オノマトペを用いた言葉がけにより、力の入れ具合や動き出すタイミングを女児が意識しやすくなるように努めました。遊び始めてから30分を過ぎた頃、女児は、「探る」「分かる」「試す」を繰り返す中で自分なりの課題克服の仕方を見つけ、巧みにこなすことができるようになっていました。怖気付いた表情も自信に満ち溢れた笑顔へと変わっています。

運動指導の際には、運動者がつまずかないようにと気を配り、〈できる〉ための動作の具体的なやり方を言葉で説明したり、〈できる〉姿（=模範）を見せたりすることがよくあります。しかし、いくら教えても、運動者自身が目的に適う動き方を思い描くことができなければ、行為として表現されることはありません。うまくいくこと、できないことが分かり、これらの運動経験を手掛かりにしながら新たなスキルを試していく過程が運動学習には不可欠です。成功は失敗のもと。幼児期は、失敗することも含めた多様な運動経験の積み重ねが必要だと言えます。

## 「寒さに負けない冬の食事」

西九州大学 健康栄養学部 健康栄養学科 講師 船元智子

立春を控えたものの寒い日が続いています。この時期は、気温が低く空気が乾燥するため、鼻水や咳、のどの痛みが出やすく、また風邪をひく人が増えてきます。特に幼い子どもは、インフルエンザの重症化やノロウイルスによる胃腸炎が心配なときでもあります。規則正しい生活を心がけ、寒さに負けないからだを作りましょう。

## ～おいしく食べて風邪を予防～

バランスよく食べることを基本に、風邪を予防する食べ物をしっかりととりましょう。

## ○良質のたんぱく質（魚・肉・卵・豆）を十分にとる

たんぱく質を多く含む食品は、血や肉をつくり、体力をつけます。

## ○緑黄色野菜をたっぷりとる

緑黄色野菜は粘膜の抵抗力をつけるビタミンAやビタミンCを多く含み風邪をひきにくくします。

## ○ご飯などの主食をきちんと食べる

ご飯・パン・麺などの炭水化物はエネルギー源になるため、体をあたためます。

## ○あたたかい汁ものを食べる

あたたかい汁ものは、体をあたためます。特に鍋ものは、肉や魚、野菜など多くの食材を使うため、風邪を予防するタンパク質、ビタミンA、ビタミンC等の栄養素をしっかりとることができます。

## ～それでも風邪をひいてしまったら～

気をつけていても風邪をひくときもあります。熱があるときは、さっぱりして口あたりが良く食べやすいもの、消化の良いものを選びましょう。

○お粥だけでは栄養素が不足しがちです。良質なたんぱく質で消化の良い卵などを上手に利用しましょう。

○水分は十分にとりましょう

○発汗によりミネラルやビタミンが減少します。スープやスポーツドリンクなどで、ミネラルを補給し、果物でビタミンを取り入れましょう。

疲れやすい体は風邪をひきやすくなります。栄養・睡眠を十分とって、規則正しい生活を心がけましょう。

（2015年度発行分を一部校正しています。）

