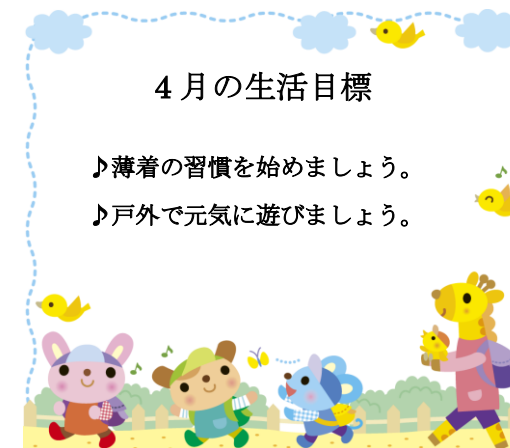
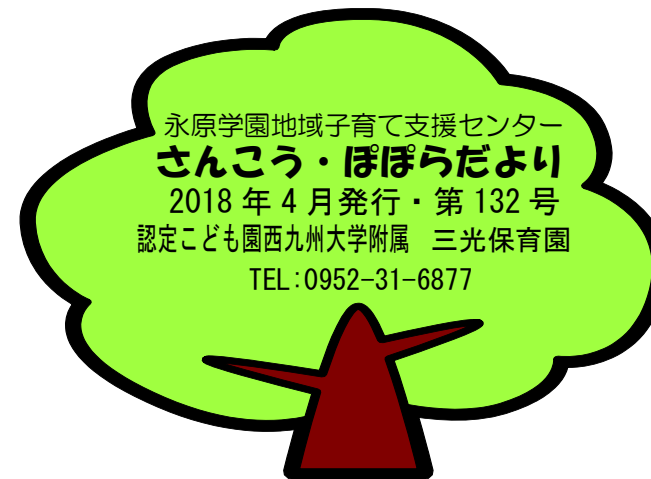


❀ 4月～7月の予定 ❀

月	日	曜	実施グループ名	月	日	曜	実施グループ名
4	11	水	東与賀出前支援	6	19	火	ミックス
	17	火	フリーデイ		26	火	フリーデイ
	18	水	フリーデイ		27	水	フリーデイ
	20	金	シニアサロンぽぽら		28	木	環境講座
	24	火	ミックス		29	金	シニアサロンぽぽら
	25	水	ミックス		2	月	なかよし一む①
5	16	水	東与賀出前支援	3	火	なかよし・プレ	
	15	火	フリーデイ	4	水	東与賀出前支援	
	22	火	フリーデイ	5	木	なかよし一む②	
	18	金	シニアサロンぽぽら	6	金	シニアサロンぽぽら	
	23	水	育児講座 No.1	9	月	なかよしミニ①	
	29	火	ミックス (じゃがいも掘り)	10	火	なかよしミニ②	
6	30	水	ミックス (じゃがいも掘り)	11	水	ミックス	
	5	火	なかよし・プレ	12	木	高木瀬あいあい出前支援	
	6	水	東与賀出前支援	17	火	ミックス	
	7	木	なかよし一む①	19	木	フリーデイ	
	8	金	なかよし一む②	20	金	フリーデイ	
	12	火	なかよしミニ①	26	木	若楠出前支援	
6	14	木	なかよしミニ②	27	金	シニアサロンぽぽら	
	15	金	ミックス				



平成 30 年度が始まりました

今年の春は晴天続きで、色々な種類の桜の花が日本中を華やかに彩ってくれました。海外からもたくさんの観光客がお花見に訪れているそうです。

三光幼稚園には、カンヒザクラ、プリンセス雅、ソメイヨシノ等の桜の木に加え、果物の花も満開です。梅を皮切りに、さくらんぼ、かりん、ヒメリンゴ、モモ、アーモンド、スモモ、ビワ・・・子ども達は、早く実がなって食べるのを楽しみに登園してくれるはずですよ。

さて、さんこうぽぽらの活動も再開です。楽しい親子の集いになるよう一同努めてまいりますので、皆様奮ってご参加ください。

運営スタッフに一部変更がありますが、変わらないご支援をお願い申し上げます。

(三光保育園園長)

永原学園三光保育園地域子育て支援センターでは  
以下のような事業をしています

- 毎月1回程度親子で登園し、毎回違う計画と一緒に楽しめます。(登録制)  
4月23日(月)～27日(金)に三光保育園に申込書を提出してください。  
申込み多数の場合は、5月12日(土)13:30～抽選となります。  
その後、説明会を開きます。  
☆なかよし一む・・・2歳児コース  
☆なかよしミニ・・・1歳児コース
- 就学前までのお子様と保護者の方が一緒に参加して楽しく集う場です  
☆なかよしミックス・・・月2回実施(予約制)
- 支援センター内を開放します。  
☆フリーデイ・・・月1～2回実施
- 地域の方々に「さんこうぽぽら」におこしいたゞき、集いの場として  
楽しいひと時を過ごします。  
☆シニアサロンぽぽら・・・月1回実施
- その他  
☆親子クッキング(8月) ☆育児講座(年3回)

さんこう・ぽぽら  
開放の時間帯について

- 月～金  
祝祭日・お盆・年末年始を除く
  - 開園  
9:00～16:00  
出前支援の時は、センターは、不在です
  - 昼休み  
12:30～13:30  
昼休みの為閉園
  - 開園  
13:30～16:00  
利用の場合は、電話での申し込みをお願いいたします。
- 三光保育園 31-6877



「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1回目の4月は、

「紙芝居や絵本を楽しむ」です。

日時：4月24日(火)10:00～12:00

4月25日(水)10:00～12:00

場所：さんこう・ぽぽら

※駐車場は三光保育園からお入り下さい。  
※ご希望の方は、事前のお申し込みが必要です。

※電話の受付は、平日の9:30～17:00  
までにお申し込み下さい。

「フリーデイ」にもどうぞ!

日時：4月17日(火)

4月18日(水)

10:00～12:00

お好きな時間にお出かけ下さい。  
場所：さんこう・ぽぽら



「シニアサロンぽぽら」に遊びに来ませんか

地域子育て支援センター「さんこうぽぽら」では、月に1回地域の方におこし頂き楽しいひと時を過ごしています。お茶とお菓子を頂きながらおしゃべりを楽しんで頂きます。奮ってご参加下さい。

4月20日(金)10時から12時

場所：さんこう・ぽぽら

お電話でお申し込み下さい。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、  
西九大短大部教員による、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。

## 寄稿：西九州大学・西九州大学短期大学の窓から

### 子育て便り

#### 「便利な道具をどう使う？」

西九州大学短期大学部幼児保育学科 准教授 川邊浩史

久しぶりの「さんこう・ぼぼら便り」です。この原稿はもちろんワープロソフトで書いています。最近では原稿執筆といっても実際に鉛筆や筆を使う機会が激減しました。ついでに「最近パソコンばかり使うので、すっかり漢字を忘れてしまいました」と言い訳してしまいます。

ここで注目したいのが、パソコンで“うつ”と鉛筆で“書く”の違いです。パソコンですと、キーボードを指先で押していきます。それに比べて鉛筆や筆は肩、肘、手首、指先など様々な部位を使います。幼児の発達を考えた場合、どちらがいいとか悪いとか言えません。科学的な根拠がまだしっかりしていないからです。しかし、目と手の協応動作（目でとらえた方向に手を持っていく）はとても大切な動作で後々の認知機能（記憶、判断、思考など）につながっていきます。その点では、目で見て手先を細やかに使う鉛筆やクレヨンが単純明快なキーボードタッチよりも複雑で、脳の成熟に大きな影響をもたらしている可能性があります。

ところが、そうは言ってもこれからの世の中、パソコンやタブレットを避けて通ることはできません。現実には目の前にあるのですから。

幼い頃には遠くのを両目で見て遠近感や立体感を感じて実体を捉える経験を積み重ねて、脳を成熟させていきます。ところが、目の前で（近くで）首を曲げて物をじっと30分以上も見続けていると物を捉える経験が不足しますし、首を痛めてしまいます。一般的にスマホは子どもの成長によくないとか、目が悪くなるなどと言われていています。しかし、これはスマホが悪いのではなく、スマホの使い方に問題があるのではないのでしょうか。

小児科医の榊原洋一さんは「子どもの発育に重要なのは、テレビやスマホなどの視聴時間の長短よりも、生身の人間とのやり取りがあるかどうかです」と言っています。また、「データに基づいた推奨されるスマホの使用時間などは今の段階ではありません。常識的な使い方をしていれば心配する必要はないと考えています。スマホ依存を心配する方もいますが、おうちの方が子どもの生活習慣を常識的な範囲内でコントロールできているかにかかっています。子どもには、スマホばかりやテレビばかり、読書ばかりといった”一つのことばかり”にならずいろいろな体験をさせてあげてください」とも言っています。

スマホはとても便利な道具です。しかし、安易に幼児に与えるとその道具の良さが発揮されません。いかにうまく使っていくか、大人がきちんと伝えていくことが大切のような気がします。道具は使うものです。ヒトが道具に使われませんように願うばかりです。



### 食育便り

#### 「アレルギーの原因と対応」

西九州大学健康栄養学部教授 石松 秀

桜が咲き誇り、すっかり春らしくなりました。一方でこの季節になるとスギやヒノキによる花粉症に悩まされる方も多いのではないのでしょうか。花粉症は、免疫反応によって起こるアレルギー疾患です。免疫反応は、外界から体内に侵入してきた異物により病気が起こらないようにする生体防御反応です。しかし時として無害な物質に対しても過剰な反応を起こし、身体に不都合な症状を引き起こすのがアレルギー疾患です。アレルギー疾患には、花粉症のほか、気管支喘息やアトピー性皮膚炎、蕁麻疹、食物アレルギーなどがあります。

食物アレルギーの患者数は、0歳児に多く、年齢とともに減っていきます。有病率は、乳児で5~10%、幼児で約5%、学童期以降は1.5~3%といわれています。症状としては、蕁麻疹などの皮膚症状が最も多く、次いで呼吸器症状（くしゃみ、鼻水、鼻づまり、呼吸時のゼーゼー音）、消化器症状（ムカムカ感、腹痛、嘔吐、下痢、）、そして重篤な場合は、生命に関わるアナフィラキシーショック（血圧低下、顔面蒼白、冷汗、呼吸不全、意識障害）となる場合もあります。原因になる食物は、乳幼児では鶏卵が最も多く、牛乳、小麦、ピーナッツ、甲殻類、果物、ソバなどがあります。

食物アレルギーの診断には、病院で医師による診察や検査を受けます。病院に行く際には、アレルギー症状が出た日時、どんな症状が出たか、何を食べたか、疑わしい食品の種類や量、調理法、食べてから症状が出るまでの時間などを詳しく記録しておくことが参考になります。次に疑わしい食品に合わせた血液検査をします。更に食物経口負荷試験が確定診断に重要です。原因と考えられる食物を、少しずつ量を増やしながら食べてもらい、何をどれだけ食べたら症状が出るかを確かめます。この検査は、必ず病院で医師の監督下で行わなければなりません。

治療の原則は、原因となる食物を食べないことです。これにはいくつか段階があり、原因食物の完全除去、調理による低アレルゲン化、また代替食品の利用などがあります。生卵が食べられない子どもでも、加熱調理すれば食べられることがよくあります。また配膳や調理器具にも混入が無いように注意します。最近では、経口免疫療法が注目されています。原因となる食物を極少量から食べてもらい、数ヶ月から数年かけて量を増やし、耐性をつけていくものです。しかし経口免疫療法は、研究的な治療で有効性などの点でまだ一般には普及していません。

万が一、食物アレルギーを発症した場合、副腎皮質ステロイド薬の内服または注射、緊急性の高い重篤なアレルギー症状（アナフィラキシーショック）の場合は、ただちにエピペン（アドレナリンの注射キット）の皮下注射が必要です。「迷ったらエピペン」が鉄則です。不幸な事故から子どもたちを守るために、保護者と園と医療機関との情報の共有や連携が重要です。食物アレルギーの心配がある方は、園にご相談ください。

（2017年4月号掲載分を再掲）