○・○・○・○・○・○・○ 12月の支援事業から ○・○・○・○・○・○・○









12 月のなかよしる一む&なかよしミニ&なかよしミックス

【クリスマス会】

シャンシャンシャン♪鈴の音を鳴らして♪メリー クリスマス! あわてんぼうのサンタさんが・・・やってきました(*^。^*) 動いているサンタさんが初めて!というお友達もいましたよ(*^_^*)でも、プレゼントはしっかりと貰ってくれました(^^)

「今度は、みんなのお家に来るよ」と言って帰っていったサンタさん!みんなのお家に来てくれたかな?

12 月のシニアサロン

保育園のクリスマス会にご招待!子どもきと 一緒に楽しんでもらいました!(^^)!シニアさんが、サンタさんに変身を して下さいました。





「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。

日 時: 1月28日(水)10時から12時

内容:三光保育園児の生活発表会(再演)をご覧ください!

場 所:地域子育て支援センター「さんこうぽぽら」

♪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。



永原学園地域子育で支援センター **さんこう・ぽぽらだより** 2015 年 1 月発行 第 92 号 認定こども園 西九州大学附属三光保育園 TEL:0952-31-6877



新年明けましておめでとうございます

2015 年羊年が始まりました。今年のお正月は全国的に大きな事故や災害もなく、穏やかに始まりました。世界中の子ども達が、安心して過ごせる環境が保障されることを願ってやみません。三光保育園と三光幼稚園の職員も心を一つにして、子ども達に少しでも良い環境が提供できるよう今年もがんばっていきたいと思います。ぽぽらに通う皆様も今年もどうぞ宜しくお付き合い下さい。

さて、子ども・子育て新制度が4月から始まります。昨年の年末は、佐賀市私立幼稚園 PTA 連合会に加盟する38園の保護者の方々が佐賀市に対して、より良い制度の施行を願って、嘆願書を提出されました。「佐賀市の子育て支援は日本一」と誇れる制度になるよう心から願っています。

これからしばらく寒い日々が続くことでしょうが、ぽぽらに通う皆さん方もインフルエンザ等の感染症にはくれぐれも注意してお過ごしください。

今年もよろしくお願いいたします。

(三光保育園園長)

「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10回目の1月は、下記の日程で実施します。

日時 1月19日(月) 10:00~12:00

1月21日(水) 10:00~12:00

内容:三光保育園児の生活発表会(再演)を一緒に見ましょう!

場所:地域子育て支援センター「さんこうぽぽら」

持ってくるもの:コップ

※事前のお申し込みが必要です。いずれの日も先着16組の親子)

※電話の受付は、1月5日からです。

平日9:30~17:00 までにお願いします

1月の「フリーデイ」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: 1月29日(木)10:00~12:00

※事前の連絡は、必要ありません。



子育て便り

寄稿:西九州大学・西九州大学短期大学の窓から

「上手な子育てのために、「泣く」と「笑う」の意味を知る」

西九州大学心理カウンセリング学科教授: 古賀靖之

赤ちゃんは生まれたときに、すでに自分の状態を周囲に伝える手段を二つ程持っていま す。それは人間のコミュニケーション手段の原点となるものです。

その二つとは、「泣く」と「笑う」です。それでは赤ちゃんは、なぜ泣くのでしょうか。その前に冷静によくよく考えてみれば、私たち人間は生まれたとき最初に行ったことが「泣く」ことですよね。産声をあげなければ仮死状態にあるのですから大変なことで、何をおいてもまず産声を上げるように、お医者さんや助産師さんは多くの働きかけをします。だから「泣く」ことは生きることに繋がる極めて重大なことなのです。すなわち、「泣く」ということは、その人が生きていることを実感しているから泣ける訳で、非常に喜ばしいことです。

では、本題に入ります。赤ちゃんは、なぜ「泣く」のかということです。少し具体的に 赤ちゃんが「泣く」ときのことを考えてみましょう。<お腹がすいたから泣く>、<おむ つが濡れたから泣く>、<熱があって気分が悪いから泣く>などいろいろ事がありますが、 それをまとめてみると「不快な状態」だから泣いているということです。赤ちゃんが「泣 く」と、近くに居た人(母親であることが多い)が、<おっぱいをあげる>、<おむつを替え る>、<抱っこする>などの関わりを持ちます。すると赤ちゃんの「不快な状態」は解消 されて、「快の状態」に戻ります。赤ちゃんの機嫌は一度に良くなって「笑顔」を見せます。 それから安心しきって、赤ちゃんはまどろみ始め、次にぐっすりと眠っていきます。まど ろみの時に、赤ちゃんはかすかな微笑みを湛えることがありますが、その微笑を(エンジェ ル スマイル: 天使の微笑み)と言います。その微笑を見た者は、「かわいい・・!」と実感し、 自分が親となった喜びを強め、母性や父性を育ませることに繋がっていくと言われていま す。すなわち、赤ちゃんが「笑う」ことは快の状態であり、生理的にも心理的にも安心しき っている状態の証明です。そして、ぐっすり眠ると成長ホルモンがたくさん分泌されて、 赤ちゃんはすくすく育つという好循環となっていきます。そのことを昔からの諺で、「寝る 子は育つ」と言ってきたのです。子どもがすくすく育つためには、生きる中で「不快が消え て快の状態になる」ことが重要ですが、それは毎日の生活の何げない親一子の関わりの中に あるのです。それを逆説的に言いますと、子どもが親との関わりの中で安心しきるために は、親が子どもの不快を解消して快の状態へと回復するように関わりを持つということで す。そして、上手な子育ては、この「泣く」と「笑う」の意味を知ることから始まります。

食育便り



「発育・発達過程に応じて "食べる力" を育てる」

西九州大学 健康栄養学部 健康栄養学科 講師 船元智子

子どもは発育・発達の過程にあり、日々成長し、その生活や行動も変化していきます。 「食」は、味わって食べたり、食事を作ったり準備をしたり、そのなかで人と関わったり と、さまざまな行動の組み合わせによって営まれるものです。子どもにおいて、楽しく食 べることは、食欲や健康状態、食事内容、一緒に食べる人、食事の手伝いといったことと 関連しており、食生活全体の良好な状態を示す指標の1つと考えられます。特に、幼児期 は、睡眠、食事、遊びといった活動にメリハリが出てくるときであり、一生を通じての食 事リズムの基礎を作る重要な時期になります。活動範囲が少しずつ広がり、好奇心も強く なってくるので、食への興味や関心がもてるように、食べる意欲を大切にして、食の体験 を広げていくことが必要です。

~幼児期は食べる意欲を大切に、食の体験を広げよう~

○ おなかがすくリズムがもてる

「おなかがすいた」感覚をもつには、十分に遊び、食事を規則的にとることのできる生活環境が必要です。この時期にこの感覚を繰り返し体験することで、生活リズムが作られていきます。

○ 食べたいもの、好きなものが増える

この時期には食べ慣れないものや嫌いなものも出てきます。簡単な調理を手伝う、栽培や収穫に関わるなど、さまざまな食べ物に子ども自身が意欲的に関わる体験を通して、子どもの食べたいもの、好きなものは増えていきます。

○ 家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わう

家族や仲間と一緒に食べる楽しさを味わうことは、身近な人との 基本的信頼感を確認していくことになります。安心感や信頼感は、 子どもが体験を広げていく基盤になるものです。

○ 栽培、収穫、調理を通して、食べ物に触れはじめる

栽培、収穫、調理を通して身近な食材に触れることは、食べ物が自然い心のかいってった 生物であることを実感し、行事食や郷土食などの食文化に触れることで、食べ物への関心 は広がっていきます。料理づくりには、味、色、香り、音など、子どもの好奇心を刺激す る発見や驚きがあります。

○ 食べ物や身体のことを話題にする

買い物や食事場面で食材や食べ方について話題にしたり、遊んだり、本を見たりする場面でも、食べ物や身体のことを話題にしたりする体験を通して、子ども自身が情報の発信者になることもでき、食べ物への関心は深まっていきます。毎日の生活のなかに、楽しい食の体験の機会は、たくさんあります。子ども一人ひとりにとって楽しい食の体験を見つけて、場づくりを提案していきましょう。(参考:厚生労働省「楽しく食べる子どもに」)