



5月 てつなぎ



◇風薫るさわやかな季節です◇

新緑の美しいさわやかな季節になりました。新しいクラスでの生活が始まり、1か月が過ぎました。登園時、お母さんから離れられずに泣いていた新入園児も、先生や友達にも慣れ、明るい笑顔を見せてくれるようになりました。進級児もひとつ大きくなった喜びを感じ落ち着いた日々を過ごしています。

一年中で一番さわやかな時期。遠足や散歩、自然に触れて遊ぶ中で、一人一人の発見や驚きに共感しながら、保育者や友達とのかかわりを深め、もっともっと保育園生活が楽しくなるようにしていきたいと思えます。



生活リズムは安定していますか？

近年、子どもの生活リズムが乱れ、発達に様々な影響を及ぼしていると報いられています。昔から「早寝、早起きは三文の得」と言われていますように、子どもにとって、生活リズムが規則正しいことは、情緒が安定し、健全な発達へとつながります。そのためご家庭では、次の事項に留意して、お子さんの生活リズムを守るようにしましょう。

- ♥夜の睡眠時間は、10時間たっぷり眠れるように工夫しましょう。(夜、9時には寝て、朝7時には起きられるように)
- ♥朝食は必ず食べさせましょう。(一日の活動のエネルギーのもとになります。)
- ♥テレビ、ビデオなどだらだらと見せないようにしましょう。

「寝る子は育つ」は、科学的にも本当！

成長ホルモンはぐっすり眠っている間に出るそうです。たっぷり寝ない子や寝るのが遅い子はどうなるでしょう？脳の成長に影響が起きると考えられます。成長ホルモンはちょうど真夜中12時ぐらい(深い眠りの状態にあたる)にまとまって出ます。だから、脳の成長のためにもこの時期から夜の睡眠がより大切になるのです。つまり「寝る子は育つ」というわけです。同じく12時過ぎにたくさん出るメラトニンも重要な働きをします。

(「保護者も一緒に生活リズム改善ガイド」鈴木みゆき編著より)

♥ 児童は、人として尊ばれる

♥ 児童は、社会の一員として重んぜられる



5月行事予定

- 1日(火)…なかよし会
- 3日(木)…憲法記念日
- 4日(金)…みどりの日
- 5日(土)…こどもの日
- 7日(月)～25(金)…個人懇談
- 9日(水)…春の遠足
- 14日(月)…防犯訓練
- 15日(火)…避難訓練
- 17日(木)…英語教室
- 23日(水)…体操教室、発育測定(未満児)
- 24日(木)…眼科健診(14:00～)
発育測定(以上児)
- 25日(金)…誕生会
- 29日(火)…英語教室、耳鼻科健診(13:30～)
- 31日(木)…歯科健診(10:00～)、園児検尿

◆保育参加とクラス懇談、

6月15日(金)

3, 5歳児…午前10時～11時30分

未満児…午後2時～3時30分 です

6月21日(木)

4歳児…午前10時～11時30分



こどもの日

「こどもの人権を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」

「こどもの人権」という言葉が使われているように“こどもの日”には「子供」という字が当てられるのではなく、「こども」という字で表記されています。それは、子どもは7歳までは神様の預かりもの、とされていたので神仏への「お供え物」などの「供え」「供する」という意味の常用漢字の「供」を使用し、「子供」と表記されていましたが、供という漢字は「大人の手下」という感じがする…という声とこどもにも読めるということから、この字が当てられるようになりました。

子どもたちは未来です。私達大人は言葉だけの問題ではなく、本当の意味での「こどもの人権」や「こどもの幸福」について、考え、実現していかなければならないのだと思います。

