



あゆみこどもえんだより



令和 5 年 7 月 社会福祉法人あゆみ会 あゆみこども園 大江町大字藤田字大花 402-4
 HP アドレス <https://www.ayumi-kodomo.jp> TEL 0237(62)3220
 Mail アドレス mail@ayumi-kodomo.jp FAX 0237(62)3260

園長 小関 義人

梅雨に入ってじめじめとした日もあり、ちょっと憂鬱な気分になりがちですが、子どもたちは汗だくになりながら元気いっぱい遊んでいます。先日は、2 歳児の保護者の皆さんと役員の皆さんの協力のもと、園庭にプールを設置しました。(2 歳児の保護者の皆さん、役員の皆さん、ご協力ありがとうございました。) 子どもたちは、今日は水遊びできるかな? と楽しみにして過ごしています。水や砂・泥の感触や心地よさに触れながらたくさん遊んでいきたいと思ひます。それに伴い、汚れ物なども増えることになると思ひますので、ご協力のほどよろしくお祈ひします。

耳を澄ますと蝉の声が聞こえてきて、夏が近づいてきているのを身近に感じます。暑い日が続くと、冷たいジュースやアイスなどに手が伸びて…、冷たいものを摂りすぎて食欲が落ちてしまうことがあります。そうすると、夏バテしやすくなるので、基本的な生活習慣を心がけて、楽しい夏を元気に過ごしていきましょう。



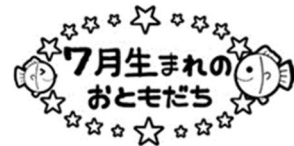
7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7 七夕会	8
9	10 発育測定	11	12	13 避難訓練	14	15
16	17 海の日	18 礼拝	19	20	21	22
23/30	24/31	25 誕生会	26	27	28	29



8月の行事予定

10日 (木) 避難訓練
 13~16日(日~水) 自由登園日
 21~25日(月~金) 発育測定
 22日 (火) 礼拝
 26日 (土) プール撤収(0歳
 児保護者・役員)
 29日 (火) 誕生会



しょうじ つむぐくん 3さい
 きくち めいちゃん 3さい
 きくち なぎくん 2さい



『夏に流行する感染症』

高温多湿を好むウイルスが活発化し、夏特有の感染症が流行します。

「手足口病」や「ヘルパンギーナ」、「プール熱」などが流行る時期です。手洗いをこまめにして、予防に努めましょう。

新型コロナの流行も広がっているようです。引き続き感染対策をしっかりとしていきましょう。



~プール設置・環境整備作業

ありがとうございました~

2歳児の保護者の皆さんと保護者会役員さんの協力をいただき、プールが設置され、園の網戸と窓がピカピカになりました。作業ありがとうございました。

夏バテ予防の生活習慣

近頃、子どもたちの夏バテが目立つようになってきました。子どもの夏バテ自体は昔からあるようですが、今ほど深刻なものではなかったようです。これは、子どもたちの外遊びの機会が減少し、冬は暖房・夏は冷房という快適な環境が、体力や体を守る力の低下を招いていることが原因のようです。

楽しい夏を元気に過ごすため、「夏バテ予防の生活習慣」を意識して過ごしていただければと思います。

①早寝・早起き

夏バテ予防には規則正しい生活がまず大切です。朝は早起きして、できれば朝決まった時間に明るいう日差しを浴びましょう。そうすることで体内時計のリセットが完了し、元気な1日を過ごすことができます。



②外遊び

適度な外遊びも大切です。汗腺は3歳ぐらいまでに発達するといわれていますが、小さいときから、気温・湿度の管理された快適な環境でばかり生活していると、汗腺の発達が悪くなるといわれています。あまり気温が上昇しない午前中の早い時間や夕方に帽子をかぶってきちんと水分補給しながら、時間を決めてじんわり汗をかくぐらいの外遊びをすると、いい感じにお腹も減って食欲アップにつながります。



③お風呂

暑いからとシャワーで済ませることが多くなっていますが、冷房などで意外と体の芯は冷えていたりします。湯船につかって温まると汗をかき、汗腺の働きも活発になります。

④衣服

灼熱の外気との温度差とエアコンの効いた室内との温度差を、衣服でこまめに調節することはとても大切です。外出時は、簡単に重ねて羽織れるものを持ち歩きましょう。

肌に直接触れる素材は、汗吸い取りのいい綿100%がいいですね。エアコンの冷気による冷えから守るためにも、またかいた汗をよく吸い取ってもらうためにも、ごく薄手の綿素材の長袖・長ズボンが一番おすすめです。



著『はじまりは愛着から 人を信じ、自分を信じる子どもたちに』（福音館書店）より 一部抜粋

○叱るのは逆効果

児童精神科医 佐々木正美

あれこれとこまごま口うるさい育て方をすればするほど、子どもは叱られることを避けようとして、日常の生活でウソをつくことが多くなっていきます。

そして、そんなウソをついたとき、厳しく叱れば叱るほど、ウソをやめるのではなく、逆にウソをつこうとする気持ちを大きくしてしまいます。イソップ物語の北風と太陽のたとえではありませんが、厳しく叱るだけの北風は、賢明な育て方とはいえません。温かい気持ちで接して初めて、子どもは「自分の気持ちを理解して、大切に育ててくれる母親の言うことなら、聞こう」という気持ちになります。

大切なことは、子どもが親に何を望んでいるか感じとろうとすること、また親が自分の気持ちをわかってくれているという手ごたえや実感を子どもがもつことです。厳しく叱りつけば、それだけで悪いことをしない子どもになっていくわけではありません。

ですから、親から見て、子どもが好ましくないことをしたときには、厳しく叱って、二度とそんなことをしない子どもに育てようとするのではなく、母親の愛情が穏やかにしっかり伝わるような対応をするべきです。その方が、子どもの心の内に叱られるようなことはしないでおこうという気持ちが、豊かに育ってくるものなのです。

厳しく叱ることが、よいしつけにつながるものではないことを、子どもを育てているすべての人々に知ってほしいと思います。

悪いとわかっていることをしてしまったときに、気持ちよく「ごめんなさい」と言える子どもに育てることが、ウソをつかない子どもに育てることにつながるのです。

そのために必要なのは、けっして厳しく叱ることではないのです。

