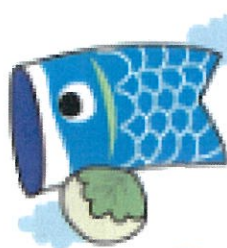




スポキッズ なかよし保育園



えんだより

5月



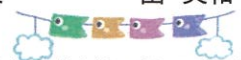
令和6年5月1日



スポキッズなかよし保育園
園長 畠 美和



穏やかな陽気のなか、暦の上では立夏を迎えました。



入園・進級から1ヶ月経ち、こども達は少し新しい環境に慣れた様子です。五月晴れの爽やかな気候をしっかりと感じるため、今月は園外での保育を積極的に取り入れていく予定です。

お散歩の目的



①心身の健康のために

こども達にとって、たくさん身体を動かすことは、心も一緒に育むことのできる大きな活動です。お散歩で公園に行くと、園にはない遊具で遊んだり、思いっきり走り回ったりするだけでなく、自然に大きな声を出したり笑ったりすることで心も大きく成長していきます。

また、お昼前にお散歩や活動をすることで、お腹を空かせ、給食の食欲を誘います。お腹がいっぱいになることで幸せな気持ちになり、しっかりとした午睡につながります。

②自然を感じる

お散歩で季節を強く感じます。バラのたくさん咲いている公民館の横で香りを同時に楽しんだり、桜の木が多い公園に行くと桜吹雪を体験します。夏になるとセミの鳴き声を聞いたり、秋には落ち葉で山を作ったり、ダイナミックな遊びをします。冬になると寒さや風の冷たさを感じます。お散歩をすることで、あらゆる角度から五感が刺激されることにより、こども達は感受性を高めます。

③地域の人や環境とふれあう

お散歩をしているとたくさんの人に声をかけてもらうことがあります。「こんにちは」「どこに行ってきたの？」などと保育園の中では会えない人たちとの出会いもあります。警察官や宅配業者の人など、さまざまな仕事をしている人との出会いも、こども達の社会性を広げます。お散歩の中で、こども達は挨拶の大切さや地域の方に見守られて育つというぬくもりを感じられるようになります。

また、みんなで歩調を合わせて歩くことで、みんなと合わせる協調性も身につけられます。

④交通ルールを学ぶ

お散歩で園外を歩く時は、交通ルールを守ることの大切さを学びます。信号が赤や黄色の時は止まる、青の時は渡るなど、簡単な交通ルールを繰り返し伝えていくことで、一生を通して守っていく交通ルールを知ることも、お散歩の目的としています。

なかよし食育



～手づかみ食で脳の発達にいい影響を！～

身体のさまざまな部位とつながっている脳。中でも手と顔を支配する領域は広く、脳の中でも互いに隣接しています。

そのため、『手で触れる→指でつまむ→口に運ぶ→口の中でモグモグ・カミカミする（口の中の筋肉を使う）→口全体で味や食感を確かめる』という手づかみ食の一連の動作では、脳の広範囲が刺激されていると考えられます。

また、手づかみ食は五感をフルに使います。目で食べ物の色や形を認識したり、触ることで温度を感じたり、口に入れて硬さや味を確認したり、鼻でにおいをかいだり、かんだ時の音の違いを楽しんだり、幅広い刺激を経験させてあげられるように、いろいろな色や形、温度、かたさ、味、におい、食感の食材を用意することを、スポキッズなかよし保育園では心がけて調理しています。

ちなみに、手づかみ食の時期の目安は、「2歳児までは手づかみ食、3歳児までに卒業」と言われています。※個人差があります。

五月病について



五月病は、新年度から新しい環境となった学生や社会人に見られるダルさや無気力などの症状を言います。しかし、五月病は学生や社会人などの大人だけでなく、小学生や小さなこどもにも症状が現れることがあります。小さなこどもにとって、新しい環境に飛び込むことは大変なこと！こどもの五月病の兆候として見られるのが、「〇イライラしている様子 〇よく泣くようになった 〇食欲がない 〇歯ぎしりをおこすようになった 〇保育園に行くのを嫌がる」などです。

朝登園をしづんだり、泣いたりだだをこねたり・・・そういった兆候が見られたら、保育士にご相談ください。小さなこどもは一人で五月病に対処をすることができません。ご家庭と園とで一緒に受け止め、解決していきたいと思います。

5月の予定

1.2.7日	お弁当の日
9.23日	体育レッスン
10日	こどもの日の集い
22日	身体測定
24日	避難訓練



新しいおともだち 5月からすまいるチームに新しいおともだち【Aくん】が入園しました。
新しい保育士 5月からたちチーム担任兼フリー保育士を迎えました。

