

レインボー保育園だより

社会福祉法人 レインボー保育園
〒245-0053 横浜市戸塚区上矢部町2030-4
TEL. 045-811-3328 FAX. 045-811-2730

第 502 号
平成29年7月

身の苦勞を克服して家事の手伝いをさせる

※お手伝いをすすんでみましょう



赤い羽根

豊かな生活を

主任保育士 瀧川 久子

ある朝の会話で、年長の男の子に登園するなり「先生、鉄人みたよ!」「えっ!鉄人って…」「鉄人28号だよ」と…私もかすかに知っているくらいの昔のアニメの事を現在の子どもと共有できるなんて驚きですね。子ども達は新感覚で、大人は懐かしさもありそこで会話も弾み、コミュニケーションがとれるという事もありますね。

今は便利な世の中で、アプリですぐ探せる時代、人に頼らずとも調べられる時代、コミュニケーションがなくても過ごせる時代になってきて、ヘタするとネット上だけで関係ない事などが一人歩きしてしまい、人を追い込んでしまう世の中。そんな世の中はおかしいですね。文明の利器を使うなどは言いません。むしろ使って生活を楽に過ごせたらとても幸せだと思います。先ほどのアニメの話ではありませんが、上手に使用えば、親子三代くらいでも共通の話題をもち一緒に使う事でコミュニケーションをとることが出来、人とかかわりも持てて楽しく過ごせます。

現代の文明と、人としてのかかわりの両面を上手に使えて、はじめて住み良い豊かな生活になるのでしょうか。まずは、幼児期は人の心の痛みや気持ちなど、人とかかわりの中で、大事に育てていきたいと思っています。

連絡事項

- プールの活動が始まります
持ち物(各グループ)のお知らせ参照
体調チェックを忘れずに
- 夏まつり
日時8月19日(土)
かき氷・ゲーム・ヨーヨー・盆踊り
など、美味しいと楽しい!がいっぱい。
父母会の出展も楽しみです。お手伝い有難うございます。地域のお友達や卒園生も一緒にお楽しみください。



今月の目標

子ども達の大好きな水・プール遊びの季節になりました。今月から夏季保育期間にもなり、水やプール遊びが中心となります。夏ならではの遊びを満喫しながら、休養も十分とりながら夏ののりきりましょう。

7月の保育予定表

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
水遊び開始 じゃがいも掘り	造形指導(くま)	父母会役員会	七夕誕生会 ケアプラザ交流(くま)	体育指導 デイキャンプ説明会(くま)	のびのび水遊び	
9	10	11	12	13	14	15
プール遊び開始	造形指導(くま) ランチ交流		お話し会	体育指導		
16	17	18	19	20	21	22
祝・海の日	夏季保育期間→8/31	避難訓練	身体測定	デイキャンプ(くま)		
23/30	24/31	25	26	27	28	29
上矢部高校生保育体験 (~7/31まで)				のびのびプール		

もりのへやのおともだち

先月もりのおへやでは、うさぎ・くまグループの育てているきゅうりが大きく実りました。朝一番プランターを覗き込んだ子ども達は「おおきなきゅうりになったー！」と大喜び。その声を聞いたりすグループのお友達もプランターを覗き込みニコニコ、みんなで野菜の成長を身近に感じる事が出来ました。収穫したきゅうりを手に「おも〜い」と大喜び、給食のサラダに登場すると、いつも苦手なお友達も嬉しそうにモリモリ食べる姿が見られましたよ。きゅうり・オクラの成長を通して感じる様々な思い、お世話する経験を大切にしながら、今後もみんなで育てていきたいと思ひます。

今月は、いよいよ水あそび・プールあそびが始まります。

詳細は手紙でお知らせ致しますので、確認をお願いします。

深谷 友紀子



おひさまのへやのおともだち

気温が高い日も増え、すっかり夏の陽気になりましたね。おひさまのへやは、その名の通り『おひさまの光が沢山差し込む明るいおへや』ですが、これからの時期は暑くなってきます。そこで、先月からご用意して頂いたマイコップを使って水分補給をしていますよ。

午後のおやつを食べてしばらく経ってからマイコップでお水を飲み、遊び始めています。ことりグループのお友達は、散歩の時にも持参して、ひと休みをしながらお水を飲んでいきますよ。

これからの季節はしっかり水分を摂って汗をかき、汗をかいて水分を摂り、を繰り返す中で体温調節という大事な身体機能の発達を促していきますよ。

今月から水遊び・プール遊び・清拭・沐浴を行っていきます。曜日によってご用意が異なります。

掲示や後日配布するお手紙でご確認の上ご用意をお願い致します。

名児耶 奈々



「生活リズム見直しのススメ」

～研修で学んだことから～

昔から「睡眠は大切」といわれていますが、なぜ大切なのか？それは「昼間、脳が目覚めるための休息」だからです。更に、生活リズムが乱れると、子どもの将来にわたって、**心身共に悪い影響**があるという事もわかってきました。夜更かしを続けていると脳幹がしっかりしないので、こだわり、集中できない、気持ちが揺れるなど気がかりな姿が見られるようになり、成長ホルモンなどの分泌にも影響して、健康面にもマイナス要因が多くなります。

では、どうしたら生活リズムを作れるのか？それには「**早起き**」「**早寝（寝かしつけ）**」「**朝ごはん**」です。**早起きするためには**、朝の光をあびる。昼間いっぱい遊ぶ。家族全員の生活リズムを整える。**寝かしつけるためには**、テレビは早目に消し、興奮させない。おやすみの儀式（絵本、子守唄、添い寝など）**朝ごはんを食べよう！**朝ごはんは脳の目覚め時計。脳を活性化させる大事な栄養剤です。

ご家族でできる事からやってみませんか。

篠塚 弘子

～レインボー保育園の給食～

「七夕の行事食」

七月七日は七夕ですね。七夕といえば織姫と彦星が年に一度だけ会える日。短冊に願いを書く日。などというイメージがあると思います。ですが、行事食として「そうめん」があるのを皆さんご存知でしょうか。七夕にそうめんを食べる風習があるのは主に東北地方なのですが、古くは平安時代の宮中内行事として七夕にそうめんをお供えしていました。そしてその後広く一般に広まっていったのです。ずいぶん昔からそうめんが食べられていたなんて驚きですよ。七月といえば時期的にもちょうど良い食べ物ですし、そうめんを天の川に見たてて、子ども達と七夕の話をしながら、一緒に食事をするのも楽しそうですね。

つるつと食べやすいので、夏になるとつい、そうめんばかり食べてしまいがちですが、「夏バテ」防止のためにも、バランス良く食事をするのも心掛けていきましょうね。

渡 邊 亮