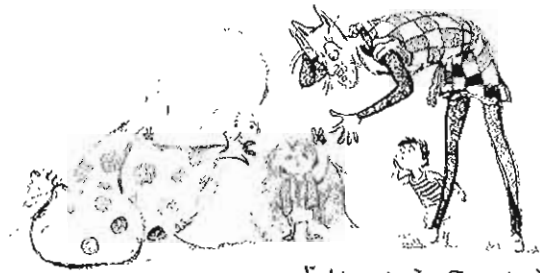


夏休みの お便り



「めっきら もっきら どわんどん」

2008. 7. 24 加藤由美子

松林の中は木々が茂り、森のようになっています。暑いアスファルトと違ってすこし涼しさを感じます。木々がプレゼントしてくれるマイナスイオンを吸い込んで、深呼吸-----森林浴にはストレスを低下させる、血圧を安定させる、だるさを緩和する、疲れた脳を回復させる、そして、がんに対する免疫力を強化するとのこと、松の香りも効果があるので、松の木の半径3メートル以内でゆっくり鼻呼吸をすると免疫力アップ！だそうです。幼稚園の周りは松の木がたくさんありますので、いながらにして森林浴という恵まれた環境にあります。子どもたちは松の木の下で遊んでいるから、きっと自然の恩恵を受けていることでしょうね！

さて、森林浴には、こうしたよい効果があるとのことですが、森林浴をするときには、歩くということが一緒に行なわれますね。脳を活性化させるために、歩くことがとてもいいそうですから一石二鳥ですね。つま先にもしっかりと体重をかけて歩くと、直接感覚野にストレートに行く神経回路があって脳を活性化させるとのこと。小さいときから歩くという習慣をつけておいてあげるといいですね。歩くことが苦にならないようにしておいてあげたいものです。これも生きる力につながります。

そういえば白ばらの保護者の方が「園バスまでの行き帰りに、田んぼの稲を見たり、道端に咲く花や草を摘んだり、親子でゆっくり楽しんでます。」とお知らせくださった方がいらっしまったの事を担任から聞きました。幼稚園バスまでの道も楽しさに変えてくださるのは、保護者の方のお力です。“歩くことは楽しいこと”としてお子さんの心に残る経験となることでしょう。

こうした道々の小さな出来事は子どもたちにとって身の丈に合った楽しさです。-----子どもたちの心に豊かな思い出を残してあげるのに、夏休みはよい機会ですね。

ちなみに、脳を活性化させるには、歩く、手を使う、よく噛むということが必要だそうです。そして一番大事な“愛されること” 私は子育て中に、こんなにかわいがって愛情たっぷりしているつもりなのに、まだ、足りないの？と思うほど、子どもはもっともっとと求めてくるんだな～、これでいいということはないのかもしれないな～と思ったことを、今でも思い出します。本当にたくさんたくさん愛してあげたいですね。子どもたちとじっくり付き合ってたった日々は、保護者の皆様にとっても心に刻まれるよい思い出となることでしょう。

夏休み中、とても暑いのですが、早朝あるいは夕方にお散歩を取り入れ、一日の流れの中に組み込んではいかがでしょうか。休み中の一日の流れを決めてあげると、生活のリズムが整って子どもたちも気持ちよく過ごすことができると思います。ゆったりのんびりとした『我が家の夏休み時間割』を作ってみるのも良いですね。お家の方とゆったりと過ごす時間は、子どもたちにとってとても貴重です。

日本人の生活は忙しくて、ゆっくりのんびりなどできない状態ですが――。

マザーテレサの言葉

『家庭をいつくしみの場、限りなくゆるしあう場としなければなりません。

今日では、だれもかれも非常に多忙になっています。より大きな発展
もっと豊かな富、もっと、もっと、と求めて。

子どもたちは両親と過ごす時間がなく、
両親はお互いのためにさく時間ありません。

世界の平和の崩壊は、このようにして家庭の中から始まるのです。』

この言葉を心にとめて、家族にたいして(ちょっと反省をこめて)考え直してみたいと思われました。

この頃、赤ばらさんが、クラスの友だちを知ってきて、クラスの空気が大地に近くなって――おかしい言い方ですが、クラスの空気が、今までは大地よりずっと上のほうにあって、お母さんから離れた悲しみや知らない他の子どもたちに対する不安などがあって、フワフワと漂っていたのです。-----でも、この頃は、あの子はこんな子、あの子は〇〇ちゃん、私の友だち、僕の仲良し、そして、担任は皆のことを守ってくれる人ということが分かってきて、子どもたちがお互いに関係を持ってきたのです。子どもたちの空気が、しっかりと大地に下りてきたような感じがします。大地にしっかりと踏ん張って立つことができるようになった落ち着きを感じます。長い休みには、ご家庭でエネルギーをいっぱいにしてもらって、いっそう充実した2学期を向かえることができることと思います。

さて、幼稚園における個人懇談でのこと、

青ばら2組の七澤さんが次のようにお知らせくださいました。

「小学校の個人懇談で、いつもあつひろ(りいちゃんのおにいちゃん)の担任の先生に『図工で物を作るにしても、また絵を描くにしても、想像力豊かで驚いています。家で何かやっているのですか』と言われます。『いいえ家では何もやっていないのです。青陵幼稚園だったからだ』と思います。』と答えているんです。一番上のお姉ちゃんは一年だけ青陵だったし、あつひろは、3年間いましたから、3年いると違うんだな～と思っています。」(言葉は、正確ではありません、すみません、要約です。)このようなことをお知らせいただいて、本当に嬉しくて、そしてありがたかったのです。

でも、あつひろ君自身が、もともと豊かな想像力や表現する力を持っていたのだと思います。幼稚園が、あつひろ君の能力をのびのび表現することができる環境であった、ということなのだろうと思っています。

本当にありがたいお言葉でした。そして、これからも、あつひろ君が自分の感じたことをのびのびと表現することができるようにと祈りたく存じます。

夏休み中、幼稚園は廊下壁面の工事が入ります。壁面が県産の杉の木でおおわれ、いっそう自然豊かな環境になることと思っています。2 学期からは木の香りがして森林浴効果もある壁面になっていることでしょう。

夏休み中、工事のため、プールご利用の際、ご迷惑をおかけすることになります但よろしく願います。

＊プールにおいでの際は、水筒等ご持参ください。水分不足に気をつけましょう。

園庭にも遊びにおいでください（プールのある日）4：30 まで遊べます。

大きな事故や怪我、入院するような病気等があった場合は、幼稚園にご連絡ください。幼稚園は、9：00～4：30 まで日直がおります。

＊緊急の場合、幼稚園が休みの時は、各担任または園長（273-8897）へご連絡ください。

今学期も皆様からたくさんのご協力ご理解をいただきまして、こうして終業式を迎えることができました。本当にありがとうございました。2 学期もよろしくお願い申し上げます。

9 月の主な予定

9 月 1 日（月）二学期始業式 午前保育

2 日（火）午前保育

3 日（木）給食開始

6 日（土）体験入園のため自由登園はお休みです。

17 日（水）誕生会

21 日（日）なかよしカーニバル

22 日（月）振替休日

26 日（金）どんぐり拾い お弁当持参

（年間行事計画が変更になりました。

申し訳ございませんがよろしくお願いいたします）

20年夏休みの予定

日	曜	プール開放	備 考
25	金	×	青ばらさんの夏のお楽しみ会があります。
26	土		青ばらさんがトキメッセで行なわれる恐竜大陸開場式に参加します。
27	日		
28	月	×	卒園児さんの同窓会があります。
29	火	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
30	水	10:30～15:00	
31	木	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
1	金	10:30～15:00	
2	土		
3	日		
4	月		新潟県私立幼稚園協会教員研修会のためお休みです。
5	火		新潟県私立幼稚園協会教員研修会のためお休みです。
6	水	10:30～15:00	
7	木	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
8	金	10:30～15:00	
9	土	10:00～12:00	プール開放をしています。どうぞご利用ください。
10	日		
11	月	10:30～15:00	
12	火	10:30～15:00	
13	水		夏期休業
14	木		夏期休業
15	金		夏期休業
16	土		夏期休業
17	日		
18	月	10:30～15:00	
19	火	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
20	水	10:30～15:00	
21	木	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
22	金	10:30～15:00	
23	土		
24	日		
25	月	10:30～15:00	
26	火	11:30～15:00	午前中は未就園児さんのプール解放がありますので、11:30からどうぞ
27	水	10:30～15:00	
28	木	10:30～15:00	
29	金	10:30～15:00	
30	土		
31	日		