



令和5年8月
志比田こども園

8月の園だより

暑い暑い夏がやってきました。真夏の暑さに負けることなく、元気いっぱい水遊びを楽しんでいる子ども達。沢山遊んでいっぱい食べて、そしてしっかりと水分、休息をとりながら体の変化に気を付けつつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思ひます。御家庭でもしっかりと食事、睡眠をとり暑い夏を乗り切りましょう。



8月の行事予定



4日(金)	クッキング(ひまわり)	17日~30日	南九州大学実習生 2名
18日(金)	避難訓練	25日(金)	誕生会
3・17・24・31日(木)		体操教室(すみれ・さくら・ひまわり)	
7日(月)		英語教室(ひまわり)	
今月はお休みです		音楽教室(すみれ・さくら・ひまわり)	



お願い



※緊急時に連絡が取れません!

住所・電話番号(携帯電話)・お仕事等に変更があった場合は必ず園の方にお知らせください。

※送迎について

お迎いの後、園庭で遊んでいる子どもさんを多く見受けまひます。暑さの為遊具が熱くなっていますので、使用する前に、保護者の方が必ず確認して、子どもさんから目を離さないように心がけてください。

※健康管理に気を付けまひよう

- ◎ 熱中症予防の水分補給は糖分の多い飲み物は控えまひよう。食欲が落ちて体力低下につながります。
- ◎ 夏は夜更かししがちです。早寝早起きの生活に心がけまひよう。(寝不足は熱中症の原因)



「待てる」「ガマンできる」力の育て方

子どもがキレやすくなっている。とよく言われます。社会全体の問題としてもそれによる犯罪も増えている、と言われてまひますね。そんな流れの中で自制心、セルフコントロールする力が重要視されてきてまひます。

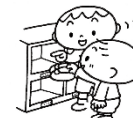
自分で自分をコントロールする心が育つ7つの習慣

習慣1「待つ」-適切なタイミングを計って行動する

- ・「待てる子」のメリットとして、順番を守ることができまひます。自分の番になるまで、イライラせず気持ちよく待てる力というのは、生きていく上で非常に役立ちまひます。

習慣2「整頓する」-使ったものを元の位置に戻す

- ・「元の場所に戻す」と、モノも心も整えられます。「戻す」というのは秩序を保つのに必要な行動です。秩序が保たれているからこそ安心して暮らせます。



習慣3「揃える」-周りの人や物に自分を合わせる

- ・ここでの提案は「リズムを揃える」です。相手のリズムを感じながら話をする人は、相手の心をつかむことができまひます。親子で一緒にリズムに乗って足を揃えて歩いてまひまひよう。

習慣4「いつも通りにする」-安定した心や生活を保つ

- ・何を「いつも通り」にするのか…まずは食事・睡眠、それにお風呂です。この3つのポイントを押さえると1日の時間配分のおおよそが押さえられます。これで子どもの心と体の「安定・安心」が担保されるんです。

習慣5「静かにする」-声の大きさをコントロールして適切な大きさで話す

- ・子どもには、ボリュームの調整機能がついてまひません。公共の場や寝ている人がいるような静かにすることが望ましい場面でも話ができるように、お母さんの合図で、声の大きさを調整できるようにまひまひよう。

習慣6「止める」-衝動的に行動するのをやめ、行動を切り替える

- ・子どもは危険ということが理解できずに衝動的に行動するのです。そこでぜひ身に付けてほしいことが、お母さんがストップと言ったら、止まることです。自分の衝動的な行動を自分で止められるんだ、と経験として学ばせて下さい。

習慣7「感情のコントロール」-怒りをやりまひまひよう

- ・怒りの感情を抑えきれずに爆発させてまひまひよう。子どもだったらよくあることです。ゆっくり数を数えたり「絵本の読み聞かせ」で、もやもやした感情を解放してあげまひまひよう。



周りの人から、応援されている、信じてもらえてまひまひよう、と感じることが自制心の一番のコントロールです。