



# 5月の園だより

## 今月の予定

平成 29年 5月 1日

さかえ保育園

1日(月)	
2日(火)	
3日(水)	祝憲法記念日
4日(木)	祝みどりの日
5日(金)	祝こどもの日
6日(土)	
7日(日)	
8日(月)	
9日(火)	誕生会
10日(水)	体操教室
11日(木)	
12日(金)	包丁練習(ゆり) ラップおにぎり作り(幼児)
13日(土)	
14日(日)	
15日(月)	
16日(火)	英語教室
17日(水)	体操教室
18日(木)	グリンピースのさや出し(たんぼぼ) ポニー教室 乳児健診
19日(金)	包丁練習(ゆり)
20日(土)	
21日(日)	
22日(月)	グリンピースのさや出し(れんげ)
23日(火)	スナッフえんどうの筋取り(幼児)
24日(水)	体操教室
25日(木)	季節の食材紹介(乳児・幼児)
26日(金)	ラップおにぎり作り(幼児)
27日(土)	
28日(日)	
29日(月)	空豆のさや出し(たんぼぼ)
30日(火)	英語教室
31日(水)	体操教室

### ☆今月の誕生児☆

薫風とよく気持ちの良い季節になりました。4月から新しいクラス、新しい担任の先生と元気に過ごす子ども達の姿に、今年も始まったなという感慨にふけります。徐々に新しい生活に慣れ始め、ひとりひとりの特性が見え始める時期となります。そうなるのご家庭でも保育の現場でも「育てる」ということの難しさを痛感します。育てる営みが難しくなるのは「養護の働き」と「教育の働き」がせめぎ合ってしまうからなんです。

まず「養護の働き」は、子どもの存在を優しく温かく包む大人の気持ちがその底流をなしています。具体的には、子どもの思いを受けとめる、子どもの存在を認め尊重し、喜ぶ姿勢が「育てる」営みに欠かせない事情です。そのような思いに大人が自然になれるのは、大人がかつてはみな子どもだったからで、自分が小さかった時もこうだったに違いないと、子どもの目になったり身になったりしてみると、そういう気持ちが自然に出てくるということです。他方で「教育の働き」は大人の願いを子どもに伝えることも「育てる」営みに欠かせないということを反映し、具体的には「これしてみない？」と優しく誘いかける、やる気がなくなってきたら「もう少し頑張ってみよう」と頑張りを促す、行き詰ったら「こうすると上手くいくよ」と優しく教える、そして大人が困る振る舞いには禁止や制止を示し、それでも止まらない時には叱るということになります。怒るのではなく叱るのです。乳児の離乳食の例で考えれば「もうお腹いっぱいになってきたね」と子どもの思いを受けとめながら(養護の働き)その裏側で、でももう少し食べられるでしょう、もう少し食べてねという大人の願い(教育の働き)も働いています。逆にもう少し食べてほしいけど(教育の働き)、でももういらぬかな(養護の働き)という思いも働いています。この二つの働きはせめぎ合う面を持ちながら、お互いに支え合い、強め合う部分ももっています。

ここに「育てる営み」の奥の深さと難しさがあるわけです。子ども達の自尊心、自己肯定感というものが育てば育つほど関わる大人全員が子どもを育てる営みを真剣に考えなければなりません。大人側の一方的な思いを子どもに押しつけていくことは育てるということにはならないのです。子どもが保育園での生活に慣れ、各家庭での仕事と生活のバランスが取れてくると大人が感じている時、ある側面では大人の都合を押しつけていることもあるかもしれません。大型連休の中、ご家族でお過ごしになる時間がたっぷりある中で、少しだけお子さんに向ける養護と教育についてお時間を作ってみてはいかがでしょうか？きっとわが子ももっと愛おしくなると思います。

園長



### 給食より

#### 「3色食品群について」

3色食品群とは、食品に含まれる栄養の働きで、赤色、黄色、緑色の3つの色にグループ分けしたものです。一点注意したいのが「食品の色=グループの色」ではないということです。

#### 赤色の食品

◆たんぱく質を多く含み、血や肉や骨をつくる働きをします。

食品例：肉類、魚介類、豆腐・大豆製品、牛乳・乳製品、卵類

#### 黄色の食品

◆炭水化物(糖質)を多く含み、体を動かす力になります。

食品例：米、パン、麺類、いも類、油脂類、砂糖

#### 緑色の食品

◆ビタミンやミネラル類を多く含み、体の調子を整えます。

食品例：緑黄色野菜、その他の野菜、果物、きのこ類、海藻類

朝・昼・夕の食事メニューを考えると、この3色が揃うようにするとバランスが取りやすくなるので、覚えておくと便利です。家族の健康維持のために意識してみてもいいでしょうか。また、さかえ保育園では幼児クラスになると給食前に、今日の給食に入っている食材を3つのグループに色分けをしています。給食にどんな食材が入っているか知ると共に、好き嫌いをしないで何でも食べるとたくさん体に良いことがあるということを伝えていきます。ぜひご家庭でも食事の際に3色群のお話をして楽しく食材に興味を持たせてみてはいかがでしょうか。



### 保健より



#### <熱中症について>

例年梅雨入り前の5月頃から発生し、梅雨明けの7月下旬から8月にかけて多発する傾向があります。4月末から夏日を記録した今年度もすでに注意が必要です。特に週末やGWは知らない間に疲れがたまり、脱水の状態に陥ることがあるため、「早めの水分補給」「体調変化の早期発見」に努めましょう。