

12月園だより

発行日 平成28年11月30日

発行者 園長 島村正明

温暖化の影響でしょうか、里の紅葉も昔に比べ随分遅くなりました。先日、飯高山の麓にドングリ拾いに行きましたが、爽やかな空気の下、うっそうとした森の中で思う存分秋の名残を楽しむことが出来ました。古代エジプトに繁栄をもたらした“ナイルの賜物”ではありませんが、“飯高山の賜物”を合志こども園では機会あるごとにいただいています。園の目と鼻の先に手の行き届いた里山と公園が在ることに感謝です。

さて、いよいよ師走となります。学校では試験があり、通知表があり、こども達の成長を促すための試験が待ち受けていますが、こども園はその前段階の基礎固めの教育・保育機関です。数値での成果は分かりませんが、一人ひとりのこども達が健やかに生活している姿が一番だと思います。

今、公立学校では全国一斉の学力テスト(学習状況調査)が小学6年生の国語、算数、中学3年生での国語、数学が実施されています。これは、長らく実施されていみせんでしたが、再開されたのは、日本のこども達の学力が国際比較で若干の落ち込みが見られるようになったことも一因です。今、この結果分析も受けて平成14年に始まったゆとり教育の見直しが進められ、小学校も中学校も高校も授業数が増えています。

来春、ぞう組園児も多分4月11日(←市町により違う)の小学校入学後、翌週から毎日5時間の授業に臨むことになり、一寸した宿題も始まります。日本の将来を担うこども達ですから、頑張ってもらいたいですね。

下記内容を参考にさせていただくとともに、それぞれのこどもさんの将来像を描いて下さい。

(1) 規則正しい生活は、これからの人生の支えです。

早寝・早起き・朝ご飯

・・・しつこいですが、この標語は当たっています。健やかな成長には必要な生活習慣です。

(2) 「知」と適度な睡眠

枠内は、最近、科学的に分かって来たことです。

人間の記憶は、一時的に大脳海馬というところに貯め込まれるが、海馬は記憶容量が小さく、記憶時間も短いそうです。そのため、長期間、記憶に留める為には、大脳皮質に伝送しなければなりません。大脳皮質は海馬より圧倒的に記憶容量が大きいそうです。

そして、実は、海馬から大脳皮質に記憶を伝送するのは睡眠中とのこと。

つまり、学力の定着を図るには適度な睡眠時間が必要という訳です。

これは、最新の研究成果です。何と、睡眠中に大脳皮質が海馬の発する脳波をコピーしているとのこと。すごい発見です。

(3) 「徳」と「体」

人間が立派に社会生活を送る上で基盤となるのは「徳」と「体」です。この2つの中心となる「豊かな心」と「健康」の育成は、家庭です。中でも「豊かな心」を育てることは日々の一寸した家庭教育の積み重ねでしょう。



12月のほけんだより

園庭の木々も色づき、北風にひらひらと落ちては、園庭を色づけています。子どもたちは、落ち葉集めを楽しみ、秋の深まりを感じています。先日の勤労感謝の日には、お家の方をはじめ、給食の先生や郵便配達の方に日頃の感謝の気持ちを言葉にして伝えることができました。改めて、「ありがとう。これからもよろしくお願いします」と声にすることで温かな心を通い合わせることができました。一つひとつの関わりがコミュニケーション能力を高めあうことに繋がります。思いを伝えあう嬉しさを、これからも日々大切にしていきたいと思ひます。年の瀬を迎える中でも「自分から新年の挨拶をする」等、親子で取り組んでみては如何でしょうか。

心を込めた、挨拶ができたなら素敵ですね。

12月21日、冬至です

北半球では、夜がいちばん長く、昼がいちばん短い日。この日にユズ湯に入り、カボチャを食べるとかぜをひかないという習わしがあります。

実際、カボチャに豊富に含まれるビタミンAには、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があります。またユズには、新陳代謝を活発にして血管を拡張、血行促進の作用、さらに鎮痛・殺菌作用のある成分が含まれます。これが、体が温まり、かぜ予防にもなるといわれるゆえんでしょう。冬至には、カボチャとユズの2大強力パワーをもらって、冬を元気に乗り切りましょう！



気をつけよう！

冬の感染症

寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状が出やすいものが多いのが特徴です。さらに、冬から春先には、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行します。食事・睡眠・休養に配慮し、元気に冬を過ごしましょう。

★原因 ◆症状 ♥対応

RSウイルス感染症

- ★RSウイルスの感染によって起こる集団流行しやすい感染症。特に1歳未満の乳児がかかりやすく、気管支炎や肺炎を起こす。
- ◆鼻水やせきなどの症状で始まり、呼吸時にヒューヒュー、ゼーゼーといった音が出る。重症化すると危険な状態になることも。
- ♥今のところRSウイルスに対する根本的な薬はない。早めに受診し、こじらせないようにすることが第一。

気管支炎

- ★インフルエンザやかぜの炎症が、のどから気管支にまで進んだ状態。
- ◆熱が高くなり、たんがからんでゼロゼロという湿ったせきが長く続く。長引くと症状が重くなり、呼吸困難に陥ることも。
- ♥水分を十分に与え、室内の乾燥を防ぐ。また、せきは、たんを体外に出すためにたいせつな反応なので、むやみに市販のせき止めを使うのは避ける。

溶連菌感染症

- ★A群溶血性連鎖球菌という細菌が原因となる病気の総称。飛沫で感染する。
- ◆高熱が出ることもあり、のどのはれ、おう吐、頭痛などの症状が現れる。首のリンパ節がはれたり、筋肉痛や中耳炎を起こすことも。その後全身に小さな発しんが出たり、舌に白いこけ状のものがつき、3日くらいすると赤くブツブツしてくる(イチゴ舌)。発しんや舌のブツブツが出ず、のどが痛いだけのときもある。
- ♥抗生物質で治療する。症状が治まったからといって独断で薬をやめたりしないこと。

感染性胃腸炎

- ★ウイルス性の感染によるもの。冬はノロウイルス、ロタウイルスが代表的。主に経口、飛沫感染だが、ノロウイルスの場合は、食品から感染することも。生後半年～2歳くらいの子が多くかかる。
- ◆激しいおう吐の症状が突然現れ、下痢がそれに続き、発熱もある。ロタウイルスに感染の場合は、便が白っぽくなることも。
- ♥激しい下痢が続くので、イオン飲料や湯冷ましなどで十分に水分補給をし、脱水症状にならないようにする。症状は2～3日から1週間程度で治まる。

12月の行事	12日 身体測定	20日 どんちゃん号
3日 クリスマス会	14日 避難訓練	22日 1号終業式
6日 諸費明細渡し	16日 誕生会・いちごくらぶ	26日 1号冬休み開始
8日 納入日	17日 年長：陶芸教室	29日～1/3 冬季休業

1月14日

餅つき

親子行事で

計画中です