

令和2年度 園だより

こうきた 5月号

杉並区立高円寺北子供園



皆さまの健康を願っています

副園長 大萩 純子

高円寺北子供園の園児、保護者の皆さま、お元気ですか？私は4月から、本園の副園長として着任した、大萩純子と申します。今年度の始業式、入園式が延期のままの現在、まだ皆さまとはお会いできていません。皆さまが健康でいらっしゃるように、そして、子どもたちの元気な声、かわいい笑顔の園生活が始められる状況になりますようにと、日々願っております。

私は、高円寺北子供園が幼稚園だった時代に、本園に担任として勤務しておりました。園舎や校舎、庭、畑では、当時の杉並第四小学校のお兄さんお姉さんとの温かな交流、運動遊びやごっこ遊び、ザリガニつりやサツマイモのお世話と収穫等したことを思い出しています。その中で、子どもたちは、ドキドキ、ワクワクしながら、人との関わりや、生き物の様子やその生長、遊びのおもしろさから学びを得て、心も体も大きくなっていきました。そのパワーあふれる元気な高円寺の子どもたちは、今も同じはずですね。子供園が始まったらいろいろなことをして遊びましょうね！

さて、保護者の皆さまは、命を守るステイホームの真ただ中、日々の生活を工夫し、乗り越えようとされています。泣いたり笑ったりの家族のドラマがきっとたくさんおありのことでしょう。家事やリモートワークなどをしながらの子育て、本当にお疲れ様です。

その中にプラスして、子どもがお手伝いや作り物をして手を動かすことも取り入れたいですね。例えば、タオルをたたむ、食事の前に布巾をしぼる、テーブルをふくなど…。子どもが無理なくできそうなもので、上手にできたらほめて、その役割ができるうれしさを感じる機会をぜひ設けていただきたいです。また食事の時には、よく噛むことの声掛けと見守りもお願いします。手先を動かすことやよく噛むことは、子どもの脳を活性化し、体も心も育てます。子供園でも大切にしてきたことですので、ご家庭にもお勧めしたいと思います。

さて、先生たちは、いつでも子供園の生活が始められるように、日々保育室の新しい装飾や遊びを考えたり、園庭整備などをしたりしながら園を守っています。カメのシマちゃんクロちゃんも、もりもりご飯を食べて元気です。カブトムシの幼虫もむくむくと成虫になる用意を始めていますよ。

皆さんにお会いできる日を楽しみにしております。どうぞ、皆さま、お元気で、この非常時を乗り越えましょう！

もりもり週間

～「朝ごはん」ってとっても大事！～



“朝ごはん”を食べて元気に一日をスタートしよう！

朝食は、一日を元気に過ごすための大切なエネルギー源になります。
また、脳や内臓が目覚め、体温が上がり、体内のリズムも整います。

★朝ごはんのポイント

- 「主食（ごはんやパン）＋おかず（卵や野菜）」を基本に。
忙しい朝は手の込んだメニューでなくても構いません！前日の夜に下ごしらえをしておくのもおすすめです。まずは「食べる習慣」をつけましょう。
- よく噛んで食べよう！
「噛むこと」で脳が活性化され、遊びや活動へ向かう意欲もわいてきます。

★子供園の休園は、今月末まで延長されました。

これから約半月、さらにご家庭での生活が続きます。体調管理には十分気を付けてお過ごしください。

休園中のご家庭での生活について、育児の不安や困りごとなどありましたら、子供園へお気軽にご連絡ください。