

## 保育目標

### \* 戸外で元気に遊ぼう!

寒くても一日一回は、外で遊びます。冬の自然を感じながら、山の中の探検散歩を楽しみます。

### \* 室内で手・指先を使って遊びます。

クリスマスのブーツ、モール、ツリーの飾りを作ります。折り紙、粘土、ハサミなど指先を使った遊びに取り組みます。

### \* 規則正しい生活を…。寝る子は育つ

6時起床、8時就寝(寝ている間に成長ホルモンがでて成長します。乳幼児の睡眠時間は10時間以上必要です。かしこく、元気な子どもに育てるために頑張ってください。窓を開けて自ら気持ちよく目覚めましょう。朝食(ご飯+お汁+タンパク質)をとることで体温があがります。

### 自然とのかかわりをたくさん持ちましょう

子どもの体そのものが自然の一部です。夜になると眠る、朝になると起きてからだを動かす、大地を踏みしめ、風に吹かれ、太陽の下で遊ぶことが、からだところの成長にとって不可欠の栄養素です。自然と人間のかかわりの苦勞や、知恵を学び、自然に働きかけて作物を生産する努力も伝えたいですね。



## 課題に集中する力をつけるために(2)

食生活のありようも集中する力に影響を与えます。一般的にカルシウムの不足は集中力を低下させると言われています。しかし、現在の子どもの食生活は、カルシウムを破壊するものを摂り過ぎているようです。カルシウムを破壊するものの代表は、砂糖とリン酸塩です。お菓子や清涼飲料水などで、砂糖を摂り過ぎると、カルシウムを不足させることにつながり、脳の働きとして集中する力が弱くなってしまいます。また、リン酸塩は食品添加物としてインスタント食品に多く入っているそうです。これも摂り過ぎるとカルシウムを不足させるといわれています。インスタント食品への過度の依存や、栄養のバランスの偏りは、子どもの脳の発達によくないことがわかっています。毎日の食生活にも気を配るようにしたいですね。幼児期には、栄養のバランスのとれた1日3回の食事と1回のおやつ(捕食として)を規則正しく摂る生活を保障しましょう。

太陽と風と大地の中で大きくもっと大きく

# たんぽぽだより



2021年12月

冬本番にはまだ及びませんが、山には雪が降り始めるころになりましたね。時折、春のようにぽかぽか陽気に包まれる日もありますね。11月は過ごしやすく、めだか組は、外遊びをたっぷり楽しみました。どんぐり組は、さくらんぼ山に散歩に出かけました。とまと組は、少し遠出の散歩に出かけました。たけのこ組は、半田池に行ってそり滑りも楽しみました。ぺんぎん組・らいおん組は、4・5歳合宿で蔵王山登山をして一泊し、次の日には飯盒炊飯して豚丼を食べました。その後らいおん組は続けて2泊3日の合宿をし、自分たちでとってきた木の枝で“ぶちゴマ”を作り、回して遊んでいます。たんぽぽこは、秋の自然の中たっぷり遊びこみました。どんぐり山に蜂がいて、遠出の散歩は出来なかったのは残念だったのですが。

福山市でも新型コロナウイルス感染者は減少していますが、まだ数人の感染者がでています。欧州各地で新たな変異株「オミクロン株」の感染例が相次いで報告されていますし、「第6波」も心配ですね。今まで同様にマスクの着用、手洗い、換気などに取り組んでいきましょう。



## 「脱石炭」急いで!

今世界では、地球温暖化対策の強化が求められています。日本でものどかな村や山々にも地球温暖化の影響がでています。この危機的な気候変動のときに、日本以外の主要先進国が「脱石炭火力」で一致する中で、日本政府は今後も石炭火力発電の使用を続けようとしています。そして地球温暖化対策に後ろ向きの国に送られる「化石賞」を受賞しています。

気温上昇を食い止めるためには、2030年までに石炭火力発電の廃止が必要だという声に耳を傾けてほしいものです。

12月の行事予定			1月の行事予定		
日	曜		日	曜	
1	水		1	土	お正月
2	木	法人監査	2	日	
3	金	年長・渋川動物公園	3	月	家庭保育日
4	土	全国冬の学習会オンライン	4	火	保育始め
5	日		5	水	
6	月		6	木	
7	火		7	金	
8	水	らべ合宿報告会17:15~	8	土	近畿・中国ブロック実践交流会
9	木	2022年度新規入園申し込み開始12/8~	9	日	
10	金	在園児継続申請締め切り	10	月	
11	土		11	火	
12	日		12	水	
13	月		13	木	保育監査
14	火		14	金	とんど・たんぽぽ広場
15	水		15	土	2月職員会議(期のまとめ)
16	木	避難訓練	16	日	
17	金		17	月	
18	土		18	火	
19	日		19	水	避難訓練
20	月	2022年度新規入園申し込み〆切	20	木	
21	火		21	金	
22	水	中四国経営懇	22	土	
23	木		23	日	
24	金	お楽しみ会	24	月	
25	土	1月職員会議(年長のまとめ)	25	火	交通安全教10:00~
26	日		26	水	
27	月		27	木	
28	火	保育おさめ	28	金	
29	水	家庭保育協力日(弁当日)	29	土	
30	木	家庭保育日	30	日	
31	金	大晦日	31	月	



## ◎子育て相談(無料)

お気軽にどうぞ!

連絡先: 社会福祉法人 小鳩会

**たんぽぽ保育園**

TEL (084) 943-1052

HP <http://tanpopokids.jp>

