

たんぽぽだより

保育サロン
たんぽぽ



2020年 8月号

やっと梅雨が明けたようですね。子ども達は、水遊びを満喫しています。

さて、コロナウイルスはまだまだ取まってくれる様子がありませんね。

皆さんはストレスを感じていませんか？小さなストレスって感じにくいものです。自分では感じていなくても、それがずっと続くことによってじわじわと心や体に出てきます。

何故か分からないけどイライラしたり、やる気が起こらないという事は有りませんか？そんな状態になっていたら、休むことをお勧めします。今は周りにかかった人が居なくて、未知のウイルスである上に、メディアから流れてくる情報は悪い情報しか目や耳にしないし、自分がかかったらどうしようという不安のせいです。テレビからの情報は、感染者数は教えてくれても、どんな症状の人がどれ位のパーセントで居るのかを教えてくれていません。なので思い切ってテレビを消し自然の中に出かけてみてくださいね。免疫力が上がりますよ。

去年の8月の園だよりに、免疫についての事を書いていました。再掲します。これでコロナも怖くなくなります。

先日風邪をひきました。いつもはめるめのお風呂にゆっくり浸かって体を温め汗をかき、寝れば回復するのですが、その時は研修がありエアコンの冷たい風に当たり、鼻水から喉の痛みに変わり、風邪の菌がだんだんと体の中に入っていきの分かりました。

鼻水が出るという事は、身体に何か異物が侵入してきた証拠なんですね。ここから咳や熱が出るか、良くなっていくかは、それぞれの免疫力がどれだけ働いているかで違ってきます。鼻水・咳・熱・下痢・おう吐は体に入ってきた異物(ウイルスや細菌など)を外に出したり、やっつけたりする有り難い反応(デトックス)なんです。これが免疫の力なんです。鼻水止め・咳止め・解熱剤・下痢止め・吐き気止めなどこれらの薬はすべて体が自分で治そうとしている反応を抑えるだけで、体の中に入ってきた異物を出す事ができなくなってしまいます。

これらの薬を使わず体がどんな風に反応しているかを見れば、その病気がどうすれば早く治るかが見えてくると思います。そして子どもが病気にかかりやすいのは、免疫細胞もまだ未熟なためその子の身体にとってどうするのが良いのかを免疫細胞が学習しているんです。そうする事によってだんだんと子どもは病気に強くなっていくのです。

御家庭へのお願い：

- ✓ 疲れが出やすい時期なので、降園後はゆっくりと体を休めてください。
- ✓ 汗や水遊びなどで着替えの回数が多くなります、洗濯が多くなり申し訳ありませんが、汗をこまめに拭くことで皮膚病の改善になりますので、肌着や汗ふき用のタオルをお願いします。すべての物に名前を書いてください。
- ✓ 水筒のお茶の準備多めにお願いします。(ミネラルの多い麦茶やミネラルウォーター・天然塩がおすすめです。)
- ✓ 今月は苦情等ありませんでした。

今月の目標：夏の遊びを楽しむ。

つぼみ組【0歳児】：暑い夏を健康状態に合わせて生活リズムを整えゆっくりと機嫌よく過ごす。体調に応じた遊び方や時間に配慮しながら沐浴や水遊びを楽しみさわやかに過ごす。

もも組【1歳児】：食事・水分・睡眠を十分にとり、健康的に過ごす。お盆などを通して親戚の人たちと触れ合う。トイレで排尿しようとする。

ゆり組【2歳児】：色水遊びやプール遊びなど、夏ならではの遊びを保育者や友だちと一緒に十分楽しむ。生活リズムを大切にしながら十分な休息を取り、暑い夏を元気に過ごす。

8の保育内容

養護

つぼみ組：沐浴や水遊びなどを通して肌を清潔に保つようにし、こまめに着替えをする。はいはい、伝い歩き、ひとり歩きが安心安全に出来るように見守る。**保育者と十分に関わり欲求を受け止め応える**。水遊びや沐浴が心地良いと感じるように配慮する。

もも組：活動のバランスを図りながら、適切な食事や休息がとれるようにする。子どものタイミングと気持ちを優先して便座に座る。**一人一人とのスキンシップを通して、心の安定を図る**。自分の気持ちを表現するのが苦手な子どももいるので、意識的に関わる。皮膚疾患の予防に努め、快適に過ごせるようにする。

ゆり組：健康状態を把握し、休息を取り水分補給を十分に行いながら元気に過ごす。気づきや驚きに**共感し**、安心して思いを表現できるようにする。**自分でやろうとする気持ちを十分受け止め見守り**、手助けすることで意欲を持ってやろうとする。

教育

つぼみ組：**はいはいを十分に楽しみながら伝い歩き、ひとりで立ったり歩くことを喜ぶ**。様子を見ながら普通食に移行していく。異年齢児との交流(夏祭り)を通して関わることの楽しさを知る。応答的なやり取りを楽しむ。季節の歌や手遊びを聴いたり、音楽に合わせて身体を動かすことを喜ぶ。

もも組：食材の匂いや食感、彩りに気づき、食べ物に興味を持つ。**最後まで食べる達成感を味わう**。自分でできた自信、達成感を味わう。水面をたたいたり、流れる水に触れて、遊ぶことを楽しむ。保育者が見守る中で友だちとの関係を深め、楽しい気持ちを共有していく。好きな玩具や遊びを見つけ**繰り返し遊ぶ**。絵本や歌の繰り返しの言葉を、保育者と一緒に楽しむ。夏の生き物に興味を持つ。手指を使う遊びを満足するまで楽しむ。保育者や友だちと一緒に、季節や生活に触れたわらべ歌を楽しむ。身体を積極的に動かし、柔軟な動きを獲得していく。

ゆり組：野菜の成長・収穫を喜ぶ。お箸に興味を持ち、使ってみようとする。**布パンツで過ごすことに喜びを感じる**。プール・水遊びや全身を使った運動を楽しむ。やり取りを通して、**保育者や友だちと関わり合う楽しさや喜びを感じる**。保育者や友だちと夏祭りなどの行事を楽しむ。簡単なストーリーのある絵本や紙芝居のおもしろさを味わう。簡単なルールを理解し、**ルールの中で遊ぶおもしろさを感じる**。色水遊びや泥遊びの感触を味わいながら色の違いや変化に気づいていく。夏を感じる曲やリズムに合わせて喜んで体を動かす。