

むくのきだより



夏休み号

平成28年7月20日

港区立赤羽幼稚園長 小鹿原 賢

自然や人とかかわり、親子で楽しさを共有する夏休みに！

園長 小鹿原 賢

長い夏休みが始まります。

夏休みだからこそできる自然体験やひととのかかわりは、子どもの豊かな成長には欠かせません。暑い夏ですが、安全第一で、一日の生活を規則正しく過ごしてください。

昆虫観察や山・海に行く等の自然体験をたっぷりとしてくることもよいと思います。家族で思い切り遊び、今の時期だからこそ味わえる楽しさをたっぷり共有してください。

長い休みの中で、様々な人と出会ったり、様々な文化に触れたりする機会も増えることでしょう。人や文化との出会いを楽しみながら、場に応じたあいさつや行動をする大切な経験となることでしょう。

ひとまわり大きくなった子どもたちと2学期に出会えることを楽しみにしています。



*** 夏休みの過ごし方 ***



○ 規則正しい生活を維持させましょう

夏休み中も、「早寝」「早起き」をして「朝・昼・晩の三食」を食べ、規則正しい生活リズムを持続しましょう。エアコンの効いた部屋にばかりいないで、時間を決めて外で遊ぶことも体調管理上大切です。大人の生活パターンではなく、子どもは子どもの生活パターンになるように心がけていただきたいです。

- ・身に付いた生活習慣（早起き早寝、衣服の着脱、洗面、歯磨き、片付けなど）を継続できるようにしましょう。
- ・子どもたちの体力向上を目指して、幼稚園では戸外遊びや運動遊びを工夫しています。夏休み中は各ご家庭で体力づくりも工夫してみましょ。
- ・熱中症に注意し、暑い日の過ごし方（暑い場所を避ける、汗を拭く、こまめに水分補給をするなど）を身に付けましょ。
- ・冷たいものの食べ過ぎや飲み過ぎ、食中毒に気を付けましょ。



○ お手伝いができるようにしましょう。

お子さんと話し合っただ子どもが進んで行える内容を決め、お手伝いをする機会をつくりましょう。家族の一員として役割を担うことが、自覚や自信につながります。

「〇〇ちゃんがいてくれて良かった!」「嬉しい!」「助かる!」とたくさん認めることが次への意欲につながり自信となります。



○ 地域行事への参加をさせましょう。

地域では三田カーニバルなどの行事が行われます。地域の方々が協力して実行している行事に参加して、地域の方々の思いや伝統・文化を肌で感じてほしいと思っています。時間を見つけ、可能な時は積極的に参加してほしいです。きっと新しい発見があるでしょう。



○ 安全な生活をしましょう。

- ・外出には必ず大人が付き添って行くようにしましょう。(子どもだけで遠いところや危険が潜んでいそうな所へは行かせないようにしましょう) また、知らない人について行ったり、ものをもらったりしないことを普段から約束しておきましょう。
- ・水遊び、花火などは必ず保護者が付き添いましょう。
- ・外出の機会をとらえて交通ルールを教えたり、確認したりしましょう。交通事故に遭わないように十分注意しましょう。
- ・自転車の前後にお子さんを乗せる際、様々なことにご注意ください。構造上の危険性だけでなく、壊れたままだったり、サイズが合わなかったりすることが原因になることがあります。使用の際に安全を確認しましょう。お子さんを乗せる際はヘルメットを必ず着用させましょう。また、走行中は、交通規則を守り、加害者や被害者にならないよう十分ご注意ください。

○ 節電・節水を心がける

毎年夏は、電力不足が課題です。今年は水不足も心配です。大人だけでなく、子どもにも節電・節水を教え、行動させていくことは重要なことです。たとえば、「一日に見るテレビの時間を短くする」、「部屋の電気をつけっぱなしにしない」、「冷蔵庫のドアを開ける時間を短くする」、「長時間使わないときはコンセントからプラグを抜く」、「冷房の温度設定を高めにする」、「必要以上に水を使わない」など、できることから実行してほしいと思っています。

夏休みを楽しみ、実りがあるものになるように過ごしてほしいです。

9月に元気な姿で会いましょう。

夏の思い出話を楽しみに待っています。

