

めだかくらぶ



文責 端 晶子

新年
あけまして
おめでとう
ございませう
ございませう



新しい一年が始まりました。今年もめだかくらぶのみなさんと一緒に元気に楽しく過ごしていきたいと思えます。子どもにとつて、また保護者の皆様にとつて笑顔溢れる年になりますよう、お祈り申し上げます。

今年辰年。十二支の中で唯一の架空の動物です。辰年は昇り龍のように活気あふれる景気の良い年と言われています。勢いがある、成長や発展のある年になるとよいですね。

保育園では年末に鏡餅をしつらえました。元日には「年神様」が一年の幸福をもたらすために家庭にやってくるので飾ります。その年神様の依り代となるのが鏡餅です。鏡餅とともに飾る橙など、左のようにそれぞれ縁起の良い意味が込められています。11日には鏡開きを行います。鏡餅を食べると「年神様の力を授けてもらい、一年間の無病息災を願える」と言われています。

昔からの言い伝えを大切にしたいですね。そして今年一年が良い年になりますように。



橙……子孫が代々続くように
裏白……末永い繁栄を願う。
御幣……四方に繁栄するように
四方紅……天地四方を守り
災いを払う

先月のめだかくらぶ

「楽しいつどい」をおこなった12月のめだかくらぶ。7組の親子の参加がありました。ほんの少しの時間ですがお子さんから離れて、お茶を飲みながらクリスマスの製作をしていただき、最後にみんなで一緒に歌を歌いながらパネルシアターを観ました。製作をしながら会話もはずんでいました。忙しい毎日を過ごしているお母さん方、ちょっとでも息抜きができる時間になったとしたら良かったです。



クリスマスの飾りを作りました

●今月のめだかくらぶ●

1月18日(木)は

看護師による

『冬の健康のはなし』です。

看護師がお話いたします。スキンケアの話しを中心に、健康にまつわる疑問や質問にもお答えいたしますのでぜひご参加ください。参加ご希望の方はお電話でご予約してください。(人数制限なし)

※ふれあいランチの受付は4日からです。

(先着3名) お電話にてお申込みください。

お申込み・予約は 練馬区立豊玉保育園
03-3991-4484

ちょこっとコラム

乳幼児期の脳の育て方

脳にはつくられる順番があることをご存じですか？
まず古い脳、そして次に新しい脳という順番です。この順番は逆転することはありません。古い脳の機能とは、「からだ」のことです。生きていくために大事な基本的機能は古い脳の中に収まっているのです。古い脳は、不安や怒り、恐怖、衝動性などの「原始的な」ところ。その後には育つ新しい脳は安心、喜び、好意、自制心など「人間らしい」ところで前頭葉が基地となつていきます。脳を家づくりに例えると左の絵のように「からだ」に当たる古い脳が二階、そして新しい脳が三階です。脳づくりは家づくりと同じ、まず一階、次が二階、最後に階段が作られます。最初につくらなければならないのは、何があっても古い脳、一階部分です。そうしないと、いくら二階部分や階段を一生懸命つくっても崩れてしまいます。一階部分をしっかりとつくり、いきなり知的なことを習得しようとしても土台ができていないのでうまく育たないということです。当たり前ですが、小さいうちに生活リズムや生活習慣をしっかりと身に付けることがとにかく大事なのですが、残念なことにはこの大事なポイントを理解されず育てられた子どもがたくさんいるそうです。知識はあとでいくらでもつけることができます。乳幼児期に生活リズム、生活習慣をきちんとつけてあげましょう。



参考: 「早起きリズムで脳を育てる」
成田奈緒子・著