



# えんだより

## 《自己肯定感》

雑誌の座談会に出たときのことで。テーマは、「習い事をどう選ぶか」。すると開口一番、参加したお母さんから「お宅は、いま何をやらせている?」。よくある会話ですがいきなりのNGワードです。

その他にも「このごろの藤井聡太くん、すごいよね。うちも将棋やらせようかしら」「自分がピアノをやっていたからうちの子にもピアノやらせようかな」「自分はバイオリンをやったのにできなかったからやらせたい」など聞いていると、ほとんどの親が自分の頭の中にある「妄想」を押し付けてしまう傾向にあるのが分かります。でも、これはまちがいです。では、どうすればまちがえなくて済むのでしょうか? まず、子どもを良く観察して、そこからスタートすることが大切です。そこから自然にみえてくるものが必ずあります。例えば、親子でテレビの幼児番組を一緒にみていると、曲に合わせて踊る子、踊らない子いろいろなタイプがいます。「踊る子」は踊りが好き。そこに向き・不向き、才能が眠っている可能性が非常に高いのです。子どもを良く観察して、例えば絵が好きだったら色数の多いクレヨンを買ってあげたり、描いた絵を飾ってあげたりして下さい。

そして観察だけではなく「お試しチャレンジ」をしてあげることも大切です。例えば公民館で開かれる草笛講座やロボットプログラミング教室。子どもたちが興味をもちそうなことを紹介、推薦してあげることが大事です。

人は必ず何か才能を持っていますがそれに出会えるのが難しいのです。色々試してみても向いていなかったら次のことを始めればよいのです。「辞め癖がつく」は迷信です。むしろ嫌なこと、自分に合わないことを押しつけられてやり続けることは不安やストレスなどの弊害のほうが大きいです。一度やってみて辞めてしまったことも決して無駄になりません。「引き出し」が増えていきます。

子どもは、ちょっとでも知っていたり体験したりしたことは、他の子より夢中になって楽しめるのです。この夢中になる「夢中体験」も大切です。こうした体験が子どもたちの自己肯定感を高めてくれるほか、親子関係を良くしてくれるなど、家庭にもいい効果をもたらしてくれます。

新宿保育園長 狩野 貢

## 保健室より

看護師 岡林菜央

6月になり蒸し暑さを感じる季節になりました。子どもたちは、外気の温度に合わせた皮膚温の適応能力を養う必要があるため大人よりもやや薄着で過ごしていきましょう。

### <6月4日は虫歯予防デーです>

子どもの歯は、大人に比べて中央の溝が深いことやエナメル質が薄いことから虫歯になりやすい傾向があるので、9歳くらいまではしっかり仕上げ磨きをしていきましょう!

#### ポイント① 磨き残しの多い箇所を把握しましょう

仕上げ磨きで磨き残しが多いのは、「奥歯の噛み合わせ上下左右4か所」「上の前歯」「パパママの利き手側の犬歯」です。意識をして磨くと磨き残しが減っていきます。

#### ポイント② 定期健診を受けましょう

虫歯が無くても、歯科医院で数か月に1回通いましょう。歯のクリーニングやフッ素塗布などで虫歯予防処置を受けることができます。

6月17日(木)に保育園では歯科健診があります  
出来るだけお休みの無いようにお願いします。

歯の健康は全身の健康!  
大切にしましょう!



## 雨とあそぼう

天気の優れない日が続く梅雨。どうしても部屋で過ごす事を考えがちですが、雨を眺め、時には雨に触れて空からの贈り物を楽しんでみるのはいかがでしょうか。

・雨の日散歩...カッパと長靴で周辺を散歩。いつもとは違う発見を楽しみましょう。

・雨の音探し...雨が落ちる場所に空き缶などを置き雨だれの音を聞いてみましょう。

・雨粒探し...雨あがり葉っぱを揺らすと雨粒が散らばります。どこにしているかな?

・水たまりあそび...葉っぱや花を船のように浮かべてみましょう。

令和3年6月1日 新宿保育園 03-3607-2470

ひよこ組の健康診断

日	月	火	水	木	金	土
		1 えんだより配布	2	3	4	5
6	7	8 ←	9 身体測定	10	11	12
13	14	15	16 お誕生会	17 歯科健診	18	19
20	21	22 防災訓練	23 歯磨き指導	24	25	26
27	28 プール開き	29	30			



## 『給食室より』

管理栄養士 菊本みづほ

そろそろ梅雨入りの季節となりました。じめじめと湿度も気温も上がるこの時期、食品の管理には注意がより必要となります。夕食の残りのみそ汁を翌朝食べるご家庭もあるかと思いますが、「一晩だけだから」と油断せずに冷蔵庫で保管する等、食中毒に気をつけていきましょう。

### ★食育月間

毎年6月は食育月間と位置づけられています。食育は「生きるうえでの基本」であり、「知育、徳育、体育の基礎となるもの」と重要視されている為、政府は中心となる農林水産省だけではなく、内閣府・文部科学省・厚生労働省・消費者庁といった関係省庁や地方公共団体等と協力して【食育】を推し進めています。食育基本法が成立したのが平成17年6月だった事、学校生活等が落ち着き進学・就職・転勤等の影響が少ないといった事を考慮して6月が食育月間となっています。

### ★家庭での食育

難しい事、特別な事をする必要はありません。園の玄関に掲示してあるポスターに書かれているように「バランスよく食べよう」と普段の食事を少し気にしてみる、家族で食卓を囲む、朝ごはんを食べる習慣をつける、子どもに食事のお手伝いをしてもらうといった簡単に出来る範囲で構わないので食生活を見直して実践すればよいのです。

家族で食卓を囲むという事は特に子どもにとっては大切なことで、誰かと一緒に会話をしながらの食事の方が食欲も湧き楽しい気持ちで食べられます。子ども達にとって食事のマナーを身に付ける良い機会でもあります。コロナ感染対策で黙食が求められていますが、可能な範囲で楽しい食卓に子どもの『孤食』は失くしたいものです。

### ★日本の郷土料理《神奈川県》

6月の日本の料理は『神奈川県』で「よこすか海軍カレー」をメインとして提供する予定です。よこすか海軍カレーには五原則がありまして、その一つが「必ずサラダと牛乳をセットにする」となっている為、この日の給食の汁物は牛乳にさせていただきます。ご了承ください。