

綺麗に咲いていた園庭の桜もすっかり散り、新緑の葉が元気に生い茂ってきました。暑くなり始めた日差しから子ども達を守るように園庭を覆ってくれ、子ども達はとても居心地の良い空間の中で過ごすことができます。



さて、新年度になり1ヶ月半が経過しました。新しい環境にせっかく慣れ始めたところに大型連休が入りましたので少し足踏みした子もいたようですが、それもしっかりと乗り越え、保育園での集団生活を楽しめている子が多いようです。当園では、天気の良い日は戸外遊びを積極的に行うようにしていますので、この時期はクラスのみみんなで園庭に出て過ごす時間が目立ちます。一旦園庭に出れば、遊具やおもちゃがたくさんありますし、隅の植込みを探せば小さな虫もいますので、それらをきっかけにお友だち同士で楽しそうに遊び始めます。小枝1本、落ち葉1枚でさえ、子ども達にかかれば遊びの道具になりますから子ども達の想像力には感心します。

遊びの好みは様々ですが、自分と同じ遊びと一緒に楽しめるお友だちを見つけることが、集団生活に慣れるきっかけの1つでもあるのでしょうか。気が付けば新しいお友だちと一緒に夢中になっている姿が見受けられます。また逆に、同じものが些細なケンカやトラブルの元になることもあります。ケンカと仲直りを繰り返すことも集団生活の1つと捉え、様々な経験をたくさん積んで欲しいと思います。

まもなく梅雨に入りますので、今のうちに戸外でたくさん遊ばせてあげたいと思います。

## <トピックス>

### 鯉のぼり



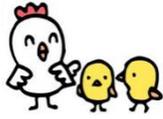
子どもの日に合わせて、今年も大きな鯉のぼりを園庭に飾りました。気持ちよさそうに泳ぐ鯉のぼりに子ども達は大喜びでした。「シippo引っ張ったらダメだよ～」と一応注意はしますが、背伸びすればギリギリ届く高さに設置していますので、指先が触れるだけでも嬉しいようです。



### どうぶつ村

園庭にたくさんの動物さんが遊びに来てくれました。うさぎ、モルモット、ネズミ、ひよこ、にわとり、ヤギ、犬、あひるなど、優しく抱っこしたり、野菜をあげたりしました。恐る恐る触る子や逃げ回る子や、積極的に追いかける子など様々な様子で、とても楽しく触れ合うことができました。





# 子育てワンポイント!



早寝の習慣を  
つけよう!

睡眠は子どもの成長にはとっても大切な役割を持っています。子どもが成長していくために必要な成長ホルモンはしっかり眠ることで分泌が促進されます。規則正しく、早寝する習慣を身に付けましょう。



## 【寝る子は育つ】

子どもの睡眠はとても重要な意味を持ちます。赤ちゃんが良く寝るのは脳の成長に睡眠が大きく関わっているからです。深いノンレム睡眠は体を成長させ、浅いレム睡眠は脳を発達させる働きがあります。身長を伸ばす成長ホルモンは寝ている夜間に多く分泌され、深い眠りの時ほど成長ホルモンの分泌が多いことがわかっています。まさにことわざの通り、「寝る子は育つ」のです。



「早く寝かそうとしても寝てくれない…」と困っているお母さんへ

親の生活習慣はそのまま子どもに影響します。小さいころから夜更かしの習慣を付けないようにしましょう。お母さんは家事のことが気がかりと思いますが、テレビや電気を消して子どもと一緒に寝てみてください。お母さんの気持ちが子どもに向くと、子どもは敏感に察知し、精神的にも満足して安心して入眠してくれます。とりあえず1週間だけでも取り組んでみてください。



## 【子育て支援活動】 ～園庭開放を実施しています～

田無北原保育園では、平日の10時～12時まで、ご近所のお友達に園庭開放を実施しています。園庭の遊具はもちろん、砂場で遊ぶシャベルやバケツや、三輪車、ストライダー（ペダルなし自転車）なども自由にお使いいただけます（夏季はプール開放も実施）。園内の見学や育児相談等も行っていますので、お気軽に遊びに来てください。



西武新宿線「田無駅」または西武池袋線「ひばりヶ丘駅」からバス「北原二丁目」停留所より徒歩1分（駐車場はありません）

お問い合わせ Tel : 042-467-8080

URL : <http://kitahara-ns.org/>

田無北原保育園



西東京市北原町 2-1-14

==== 社会福祉法人大誠会 ====  
田無北原保育園（私立認可園）  
田無保育園（公立園運営受託）

子育て情報「きたはら」は、子ども達の健康と心豊かな成長の支援を目的に、田無北原保育園が発行している地域情報紙です。ホームページではバックナンバーもご覧いただけます。