



### 身体づくりにつながる大切なこと

畑やプランターに植えた野菜が、一雨ごとに大きく生長していて、子どもたちは実った野菜を収穫しては、クッキングで楽しそうに味わっています。これまで、自分が関わって育てた野菜には興味を持ち、愛着を感じて喜んで食べてくれるものと思っていましたが、あるクラスは、好き嫌いのある子が多く、職員がどう調理すると食べてくれるのかを悩み、給食の先生と相談する姿も見かけました。乳幼児期の好き嫌いは大人になっても影響することがありますので、クッキングなどで苦手な野菜があっても友だちと一緒に食べるとか、自分たちで育てたから食べるという経験を繰り返しながら、何でも食べられる子にしたいと思っています。ご家庭でも嫌いなものは出さない、ではなく、姿や味付けを変えながら、根気よく何でも食べられる子にしてほしいと思います。

年長児が種を蒔いたポップコーンは濃い緑の葉を広げ、ぐんぐん空に向かって伸びていっています。根っこがプランターの底を突き抜け地面に張りついているのを虫探しの最中に見つけた子どもたちが、その生命力に驚いたり根っこの絡み合いに興味をもって観察していましたが、新たな発見や、わくわくしたり不思議に思ったことを調べる体験は、子どもたちの「もっと知りたい」という好奇心や探求心、科学的な思考、意欲につながっていきます。

同じく、あそびの中でも子どもたちは、考えたり工夫しながら変化するものを好み、遊んでいるうちに興味関心が広がってくると、どんどん知りたいことが増え、様々な質問をしてくることとなります。こんな時が成長しているときです。尋ねられたらできるだけ応えてあげてください。わからないときや忙しい時はメモに書くなどして担任に渡してください。一緒に考えましょう。

先月の保育参観後の講演会では、阿部玲子先生より「乳幼児期からできるからであそび～動くからだの基礎づくり～」というテーマでご講演をいただきました。そのお話の中で、バランスの良い食事や「よく噛んで食べること」は、規則正しい生活リズムを作ることに繋がっていることや、身体づくりは日常の生活の中で楽しくできることと子どもだけでなく保護者の方の身体づくりや、健康にもつながっているのだということを教えていただきました。

生活リズムを整える大切さ、特に睡眠は重要で、夜早く寝させることができなくても朝は、決まった時間に起こすことが大事です。それぞれのご家庭で、やり方や無理なくできる方法を話し合い、生活リズムの見直しをしてみましょう。

例年より遅い梅雨入りとなりましたが、梅雨も子どもたちには新しい発見があり楽しみ方があります。梅雨ならではの楽しみを子どもたちと考えながら、元気に過ごしていきたいと思います。

園長

### 保育参観・給食試食会

#### 家庭教育学級保護者アンケートより

##### 【参観について】

- ・今回は合同でなく、クラスでの活動が見たかった。
- ・子どもが、のびのび過ごせている姿が見れて安心した。見てみたかった給食の姿も見れてよかった。
- ・親子で触れ合えて楽しめた。
- ・昨年度よりお友だちとの関わりが濃くなっているのが伝わり楽しく参観できた。

##### 【試食会について】

- ・普段子どもたちが食べているものを食べられて嬉しかった。レシピも準備してあり家でも作ろうと思った。
- ・かぼちゃの味がしっかりついていて優しい味で食べやすく、家でもやってみようと思った。

##### 【家庭教育学級について】

- ・生活習慣を見直すいいきっかけになり、家でもできる体の動かし方、あそびを取り入れようと思った。
- ・勉強になり、お話も楽しく時間があっという間だった。家でも体を使って楽しく子どもとの時間を過ごせるようにしたい。

※お忙しい中、暑い中、プール設置のお手伝いありがとうございました。

プール開きをして  
プールあそびもスタート！  
水あそびもたっぷり楽しもう！



自分たちが使うプールを  
ひまわり組、すみれ組が  
お掃除しました



初なりのきゅうりを給食の先生が細長く切ってくれて、それを乳児クラスの子  
どもたちがポキポキ折ってビニール袋  
の中でもみもみ味付けしました

ポキッ！  
音が聞こえてくるよ



ガチャポン（ポンプ）から  
出てくる水 冷たいよ

約束を守って安全に  
プールを楽しもうね



水がたまってじゃぶじゃぶ池ができたよ  
容器を持ってきたり用具を持ってきたり  
考えてるよ～

雨上がりのある日のこと・・・  
砂場のシートにたまった  
水を見つけると・・・



もみもみして・・・  
おいしくなあれ

