

7月の園だより

《園長の言葉》

令和8年度 認定子ども園竜光保育園 第733号

昨年は観測史上、最速・最短の梅雨明けでしたが、今年この時期は梅雨の最盛期で、加えてダブル台風が発生するなどもうしばらくこの空模様とお付き合いしないといけないようです。当園でも、先日のレベル4 避難指示の発令においては休園を余儀なくされ、皆様には大変ご迷惑をおかけ致しました。今後も大雨などの際には、防災気象情報や当園からの連絡などには十分にご留意下さい。

さて、梅雨時期は気圧の変動や、日照時間の短さによるセロトニン(心の安定や体の調整に関わる神経伝達物質)の減少などにより、自律神経のバランスが乱れ、頭痛・めまい・倦怠感・気分の落ち込み等の症状が出やすいそうです。その症状の改善には、勿論医療機関を受診することが最適でしょうが、日々の生活の中では、適度な運動や十分な睡眠、腸内環境の改善などが良いそうです。またその他として、日々の「喜怒哀楽の発散」ということも大切だと言います。“夜回り先生”で知られる水谷修氏がブログに次の様に述べられていました。「…みなさん、きちんと自分の感情を外に出してみませんか。まず、喜びや楽しみは、ストレートに笑顔や声で家族や周りの人に伝えてみませんか。会社や学校でいい事があつたら、満面の笑顔で家に帰り、すぐにその楽しかった事嬉しかった事を、みんなに伝えるのです。嫌な事があつて怒っている時や哀しみにつぶされそうになっている時も、大声ではなく小さな声で、その怒りや哀しみを周りの人に伝えましょう。決して、ネットやメール、携帯電話ではなく、直接に。きっと、それを受け止めてくれる人がいます。それが、こころの怒りや哀しみを軽くしてくれます。…こころが、哀しみや怒りで満ちている時は、明るい色の服を身につけてみて下さい。少しかもしれないですが、必ず気分が晴れます。そして、家に閉じこもらず、外に出て、美しい自然と触れあって下さい。哀しみや怒りが、少しずつ解けていきます。人間のこころは、とても単純なもの。それを深く考えてしまうから悩み苦しむのです。答えが出ないから悩み苦しんでいるのに、それをさらに、答えを求めて考えてもそこには救いはありません答えは出ないのですから。まずは、考えることを止めて、一歩外に出しましょう。明るい色の服で、美しいものを探して…」

感情をハッキリ言葉にして人に聞いてもらうことで、たとえ悩みなどが解決しなくても気持ちがスッキリする場合があります。そして、少し気持ちが楽になったら、梅雨の晴れ間にのぞく夏空や、色とりどりのアジサイにも負けないようなカラフルな服装で、近場であっても、子どもたちとお出かけしてはいかがでしょうか。今まで気付かなかつた素敵な景色に出会えるかもしれませんね。

7月の行事予定

お誕生会 (6月生まれのお友だち)

地域の皆様に仙台七夕を飾って頂いています

- 7月2日(木)ダンス教室(桜・梅組)
- 7日(火)七夕会
- 8日(水)英語教室(桜・梅組)
- 9日(木)体操教室(桜・梅・桃組)
- 10日(金)誕生会
- 13日(月)水害訓練
- 14日(火)竜光のんの広場(園開放)
" 硬筆教室(桜組)
- 15日(水)避難訓練
- 19日(日)夕涼み会
- 21日(火)硬筆教室(梅組)
- 22日(水)英語教室(桜・梅組)
- 24日(金)不審者訓練
- 28日(火)一日保育士体験
- 29日(水)毛筆教室(桜組)



保育参観の様子



虫歯予防デーの様子

職員による消火訓練

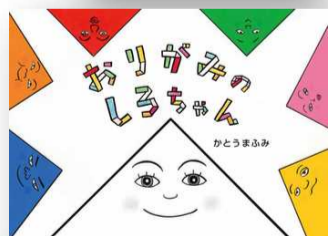


おすすめ絵本のコーナー



『ぶうぶう』 作:新井 洋行 出版社:偕成社

ブタさんの「ぶうぶう」や雨の「ざあざあ」など、濁った音のオノマトペ(自然の音や動物の鳴き声をまねた語)を集めた乳児向けの絵本です。絵の色合いが鮮明で小さな子どもたちにも伝わりやすく、雨や泥などのページもあるので梅雨時期にピッタリの作品です。



『おりがみのしろちゃん』 作:かとう まふみ 出版社:BL出版

作者の《文房具シリーズ》の第3弾。色とりどりの折り紙たちの中で、“しろちゃん”はその色ゆえに何に折ってもらいたいのかも決められず、仲間の意見にも耳を貸しません。他の折り紙たちは様々な美しい形に折ってもらい、最後には一人だけ折ってもらえずに泣きだしました。そこにやって来たハサミの兄弟にアドバイスもらったしろちゃんは、いろえんぴつたちの助けもあり、それは素敵なものに変身します。読み終わった後子どもたちが、しろちゃんが変身した折り紙にチャレンジしてみたくなくとも思います。

