8月の園だより

《園長の言葉》　　令和６年度　認定子ども園竜光保育園　第 710 号

梅雨明け直後の湿度を伴った猛暑がひとしおで、心身にこたえます。朝晩など、時折涼風が吹いていた、一昔前の夏が恋しい今日この頃です。先月の夕涼み会には天候もすぐれない中、多くの皆様にご来園頂き、誠にありがとうございました。当日午前中は、中止も頭をよぎるような天候でしたが、何とかフィナーレの花火までこぎつけることができ、何よりも多くの子どもたちの笑顔を見ることができたのが、職員一同嬉しい限りでした。また、バザー等でご協力頂いた保護者会役員の皆様と、急きょサポートして下さった保護者の皆様のご尽力があったからこその楽しいひとときでもありました。あらためて御礼申し上げます。

さて、臨床心理士学が専門のある大学の先生が、自身の講義を受講している学生に、３カ月間、《ある小さな習慣》を続けてもらうという実験を行ったそうです。その習慣とは、毎日寝る前に「今日もおかげさまで１日を終えることができました。ありがとうございました」といった感謝の言葉を３回繰り返し唱えるというものです。この実験に参加する学生には、この小さな週間を続けること以外には、特別に何かをしてもらうこともなく、普段通りの生活を行ってもらい、もし生活に何か変化があれば、メモを取っておくように伝えたそうです。学生たちは、最初はこんなことに何の意味があるのだろうかと半信半疑だったそうですが、３カ月たった後、学生たちから「笑顔が増えた」「憂鬱な気分が減った」「家族関係や人間関係が良くなった」「バイト先で気遣いができるようになった」など、次々と良い報告があがってきたそうです。この実験の意図をその先生は、「…私たちは無意識に不安や不満の方に目が行きがちですが、どんな人にも必ず嬉しいことや感謝すべきことが一つはあります。小さな習慣がきっかけとなって、そこに目が向くようになれば、おのずと感謝の心が生まれ、それは良い循環となって、身心にも好ましい効果をもたらします。感謝の心をもつことで、体内システムのバランスが取れ、神経伝達物質やホルモンがバランスよくはたらくことも近年の研究でわかってきています。」と仰ったそうです。（※『本願寺新報』より一部抜粋）　四六時中、不平や不満を口にしている私には、このお話しは正に「目からうろこ」でして、早速実践してみようと思った次第です。（一過性ものにならなければ良いですが…）　ほんの小さな習慣ですが、皆様も実践しませんか。少しずつですが、自身の日常にポジティブな変化としてあらわれ、やがてそれは家族やその周囲にも、良い循環をもたらすようになるかもしれませんよ。

８月の行事予定

８月１日（木）ダンス教室（桜・梅組）
　　３日（土）保育参観
　　６日（火）英語教室（桜・梅組）
　　７日（水）竜光のんの広場
　　８日（木）毛筆教室（桜組）
　　19 日（月）身体測定（未満児）
　　〃　　英語教室（桜・梅組）
　　20 日（火）身体測定（以上児）
　　〃　　体操教室
　　21 日（水）誕生会
　　22 日（木）硬筆教室（梅組）
　　29 日（木）　〃　　（桜組）
　　下旬　避難訓練

７月の御誕生日のみなさん

七夕会と笹飾りつけの様子

１日保育士体験で新道寺小学校の先生方が一緒に遊んで下さいました。有難うございました。

東谷中学校の三年生のみなさんが来園し、体操やリズム遊びなど色々な事を教えてくれました。大喜びの子どもたちでした。

クラスだより

《さくら組》

先月から始まった子どもたちの大好きなプール遊び!水を怖がることなく楽しんでいます。プール以外にも夏ならではの遊びに夢中です。体調面に気をつけながら、少しずつ運動会に向けての練習も始めていこうと思います。

《うめ組》

先月から始まった子どもたちの大好きなプール・水遊びでは、いつも園舎中に、にぎやかな声が響き渡っています。今月も体調に十分気をつけながら、夏ならではの遊びを満喫し、子どもたちが開放感を味わえるようにしていきたいと思っています。

《もも組》

先日から始まった大きなプールで、友だちと“ワニ歩き”をしたり、水をかけ合ったりして楽しんでいます。いよいよ夏本番!たくさん水分補給をしながら夏ならではの遊びを楽しみ、時に休息もとり、暑さに負けず元気に過ごしていきたいと思います。

《たんぽぽ組》

大好きな水遊びが始まり、水に触れることを喜んでいる子どもたち。自分で衣服を脱いだり着たりと、身の回りのことに挑戦する姿が見られます。水分を十分に取りつつ暑さに負けないよう、子どもたちと夏ならではの遊びを楽しんでいきます。

《すみれ１歳児組》

水遊びが始まり、水に触れることを楽しみにしている子どもたち。玩具を使って水をすくい、体にかけてみたりしながら、水の感触を感じとっています。水分補給を十分にし、熱中症に気をつけながら、“色水遊び”や“寒天遊び”など、夏ならではの遊びを取り入れ過ごしていきたいと思っています。

《すみれ０歳児組》

新しいお友だちも増え、賑やかになってきました。夏本番を迎えましたが、子どもたちは暑さに負けず元気いっぱい!手で“パチャパチャ”と水面をたたきながら、沐浴や水遊びを楽しんでいます。体調管理に気をつけながら、夏ならではの遊びを楽しみたいと思います。