# 個人懇談を終えて

８月に行った個人懇談での、ご質問やご相談を一部紹介致します。

### 0歳児　Q:夜、なかなか寝付けません

**A:** 寝る前にテレビを見たり、はしゃぎすぎて興奮すると、それが刺激になり睡眠のリズムが乱れると言われています。眠る前は絵本を読み、暗い静かな部屋でいつも同じ子守歌を聞きながら眠るなど、眠る前や眠る際の習慣を作るとリズムがつき、眠りやすくなるかもしれません。また、何とかして寝かせようとするより、優しく体をなでて体を温かくしてあげたり、添い寝をして人の肌に触れたりと、触れ合いの時間をゆったりととると、寝床に入る楽しさを覚えていくのではないでしょうか。
また、睡眠の２時間前までに入浴をすると、入眠しやすくなります。(寝る直前の入浴は、体が熱く興奮しなかなか寝付けません)また、朝早く起こす事が正しいリズムを作る一番の近道と言われています。

### 1歳児　Q:お友達と上手く遊べていますか？

**A:**少しずつお友達の存在を意識し始め、関わろうとする姿が見られています。　しかし、まだまだ１歳児は自己中心の年齢。言葉も上手く話せず、一緒に『遊び合う』というのが難しい年齢でもあります。お友達が持っているものが欲しい、そこに座りたいと思うと、相手の思いに関係なく取ったり、座ったりしてしまいます。また、思い通りにいかないと、押したりに噛んだりしてしまう事も見られます。保育教諭が仲立ちに入りながら「これが欲しかったの？」「今は〇ちゃんが使っていたから待とうね」「かしてって言うんだよ」「噛むのは痛いからダメだよ」等お互いの気持ちを受け止めながら、ルールや関わり方を繰り返し伝えていっている段階です。長い目でみて、継続していく事で少しずつ、相手の思いを知ったりルールが身についていきます。危険には十分配慮した上で温かく見守っていきたいですね。

### 2歳児　Q:オムツはちゃんと取れますか？

**A:**個人差はありますが、2～3歳は膀胱も成長期で、ある程度尿を溜める力が付いてきます。
尿が出る為のポイントとしては、和式、洋式、補助便座とも、足が地面についている事です。(足が付いていた方が気張りやすく体も安定します。)
排便は、2～3 歳で「出る」感覚が分かり始め、3～5歳で自立に向かい4～6歳で排便が身に付きます。
排泄（尿、便）の成功の秘訣は焦らない事です。出てしまった時も叱らず「今度はトイレでしようね」や、お子さんの排尿の間隔をとらえ声をかけたり、進んでトイレに向かえた時は「さすが！かっこいいね」と褒めハイタッチや、ご褒美シールを貼る、「連絡帳に書いて先生に知らせるね」等、意欲に繋がる声かけをして、トイレに行く習慣を作っていきたいですね。

### 3歳児　Q:ごめんなさいが言えないのですが･･･

**A:** 友達とけんかをして言い争ったり、痛い思いをさせ悪かった時等には「ごめんなさいしようね」と言わせてしまいがちですね。しかし、子どもはなぜ謝る必要があるのか解らない場合が多いのです。まずは、本児の思いを聴き受けとめると共に、相手の気持ちを親が代弁し、相手の思いに気づかせる事が大切です。しかし、3歳児は、悪かったと解っても、なかなか素直にいえないこともあります。必要以上に言わせようとすればする程、意固地になってしまいますね。そんな時は「お母さんと一緒に言ってみようか」等、誰かと、一緒に言うのも一案です。お子さんを長い目で見守り、ちゃんと言えた時におもいっきり褒めてあげる事が大切ですね。

### 4歳児　Q:ゲームや動画を長時間見て困っています

**A:**ご両親や兄弟がゲームをしていたり、動画を見ていると、子どもも同じことをやりたくなりますよね。それらを禁止にする事は難しいのが現実です。
一日何時間、ゲームをしたり動画を見るのかを決め、その決まりは家族間で統一し、子どもに約束をしてから与えるといいですね。また、お子さんが時間を過ぎてもやりたいと駄々をこねても「時間になったら必ず終わる」という約束は変えずに接する事で、自分の思い通りにはいかないことがある事、約束を守る事の大切さも学んでいかれると思います。

### 5歳児　Q:小学校に向けてやっておくと良いことは？

**A:** 小学校は集団登校です。御家庭では早寝早起き、朝食をしっかり食べ、時間までに準備を終らせる。また、今のうちに、子どもと一緒に小学校まで歩き、道順や危険な箇所を一緒に確認しておくことも大切です。
排泄の自立（尿,便の始末を含む)はもちろん、小学校のトイレは、ほぼ和式トイレですので、現在園でも和式トイレ使用をしていますが、御家庭でも外出の時など、実践してみて下さい。
学校では困った時に自分で解決する力が必要となります。　現在、お子さんが困った時、しばらく見守り、自分で考えたり、聞いたりする時間を設けています。また、学校の授業時間は45分です。椅子に座っての活動を短時間から徐々に延ばし、集中力がつくようにしています。
※上文殊小学校からは、上記の他に①挨拶や返事をする②一つのことを続けてする(好きな遊びや食事に集中する等)③体を動かし気持ちよく過ごす。の３点を習慣化すると良いとのお知らせがありました。

# 10月の園だより

平成 29 年度　No.7
H29年9月20日発行
足羽東こども園

〒919-0312 福井県福井市東大味町 10-1-1
℡0776-41-3122　Fax41-3838
http://www.asuwafukushikai.jp/hoikuen/

「あっ、バッタいた」「おそらに、ふわふわアイスクリームや」暑さもおさまり、散歩や園庭遊びでは、自然への興味が広がっています。また、保育教諭や友達と一緒にかけっこ、綱引きなど年齢にあわせての運動遊びも楽しんでいます。施設内外の安全面に気をつけながら、十分に体を動かし体力をつけたいと思います。

**今月のねらい**
- 秋の実りや、身近な自然に触れることを楽しむ。
- 体調に留意し、健康で安全に過ごす。

**10 月の歌（わくわく音楽会で歌います）**
- たんぽぽ　まつぼっくり
- さ く ら　おなかのへるうた
- う　め　しあわせなら手をたたこう
- ひまわり　夕焼け小焼け

## 10 月の行事予定

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 50 周年記念式典日（5 歳参加）<br>2 お楽しみ弁当<br>衣替え（スモック着用） | 3 | 4 食育の日 | 5 | 6 運動会ごっこ（東体育館）<br>体操教室（2～5 歳） | 7 親子運動会<br>8:30 集合<br>※弁当はいりません |
| 9 体育の日 | 10 子供動物園 9:30<br>ふれあい広場 13:00 | 11 習字教室（5 歳）9：15 | 12 第 2 回 保育カウンセラー（子供の発達の専門家）訪問日 | 13 図書館訪問<br>水泳教室（5 歳） | 14 足羽福祉会合同レクレーション |
| 16 お楽しみ弁当<br>ダンス（5 歳）10:30 | 17 誕生会 | 18 | 19 創作活動（5 歳）9:15 | 20 銀行引き落とし<br>図書館訪問<br>水泳教室（5 歳） | 21 |
| 23 体操教室（2～5 歳） | 24 交通安全教室<br>人形劇鑑賞（5 歳児）13:00 | 25 自由参観（0.1 歳）<br>マラソン大会（2.3.4.5 歳児）<br>（雨天　26 日） | 26 自由参観．マラソン大会予備日 | 27 英語で遊ぼう（4.5 歳）12:45<br>身体測定（0.1.2 歳） | 28 |
| 30 避難訓練<br>身体測定（3.4.5 歳） | 31 芋ほり交流（4 歳）<br>わくわく音楽会 | 10 月の折り紙教室（4 歳）は、ありません。 | **11月 行事予定**<br>1（水）もちつき大会<br>14（火）ふれあい広場（試食会） | 13（月）30（木）おたのしみ弁当<br>8（水）誕生会<br>30（木）祖父母発表会 | |

## 今月の行事紹介

**50 周年記念式典（5 歳児参加　希望者）**
今年度、足羽福祉会は創立 50 周年を迎えます。当日は開会式のアトラクションで 5 歳児が太鼓とみこしを披露します。

**子ども動物園.ふれあい広場**
大阪から子ども動物園がやってきます。ウサギ、モルモット、にわとり、うま他の動物とのふれあいを楽しみます。午後は、ふれあい広場です。園児の弟妹や入園前のお子さんお誘いあって、ぜひ見に来て下さい。

**マラソン大会・自由参観.**
2～5 歳児はマラソン大会を行います。0. 1 歳児は園内での参観となります。雨天は全クラス 26 日（木）です。
**※マラソンは 9:30～11:00　参観は 9:30～11:30**

**芋ほり交流（4 歳）**
春に栂野町の畑で、足羽福祉会の入所者と一緒に、植えたさつまいもが、大きくなりました。当日はみんなで掘り、くんたん焼き芋にして食べる予定です。

## お知らせ

**上布団使用について**
10 月 1 日より上布団. 毛布を使用しますので、送迎の際にお持ち下さい。（バス送迎はバスに乗せる）タオルケットスカートは、上記を持参された方から、随時お返し致します。

## 自由参観. 講演会の感想 一部紹介

**ちゅうりっぷ0**
- 前回泣いていたが落ち着いて、返事もでき成長を感じた。

**ちゅうりっぷ1**
- 子供達に見つからない工夫で普段の様子が見れ家との違いが分かり良かった。親同士で話せ、親交を深めることが出来た。

**たんぽぽ**
- 運動遊びがバランスよく組まれていた。お友達を交えて体を動かせたこと、挑戦する子の姿も見れて良かった。

**さくら**
- お友達と関わっていたのが、成長を感じました。外の遊具を、ほとんど乗りこなせていて、こんなことまでできるんだと感動した。

**う め**
- お店屋さんの品物をいろいろ作るのはとても楽しそうで親も一緒になって夢中になった。

**ひまわり**
- 言葉遊びでは来年度の入学を控えていることもあり楽しくかつ考えさせる内容で家でもやってみたいと感じた。

**講演会より**
- 忙しいと無言になったり怒ったりしてしまう。大人も息抜きしながら心にゆとりをもち、ほめる機会をいっぱい作っていきたい。
- 講演会を聞いて、うちの子はうちの子でいいんだと思えるようになった。家族にも講演会の資料を読んでもらった。
- 9 割親が手伝って一割できたら、ほめるをしていきたい。
- 髙村先生のにこやかな話し方が印象的で、普段から話し方や表情が豊かで温和な事が子育てに大切であると振り返る事ができた。