



# かがやく瞳

じょうぶな体の子ども  
ゆたかな心の子ども  
のびのび遊ぶ子ども

**No. 23**

発行日 令和6年 2月 8日  
発行責任者 大江 學  
編集 社会福祉法人  
北見福祉会広報委員会  
〒090-0835 北見市光西町 178-5  
TEL 0157-57-5057  
FAX 0157-57-4767

ついこの間、新年を迎えたような気がしていましたが、早いもので年度末を迎えようとしています。各こども園の活動もクラスごとにまとめの段階に入ってきました。特に年長の子供達は、こども園で過ごす期間もあとわずかです。有意義で思い出に残るこども園生活を過ごしてほしいと思います。

## \*\*\*\*\* 外遊びの効果 \*\*\*\*\*



本法人の「目指す子ども像」の目標達成に向けて、各こども園では、『遊びを通して』を活動の中心に取組を進めております。特に、外遊びや散歩を通して体力の増進、友達同士のコミュニケーション能力の向上等を目指しています。

暦の上では春ですが、まだまだ、厳寒の2月です。この時期は、なかなか身体を動かすことがおっくうになり、部屋に閉じこもりがちになります。そんな中でも、子供達は元気に外遊びを通し、少しでも体力を向上させると同時に身体を動かすことに対する興味・関心を高め、健康増進等に努めています。



そのような折、先日の北海道新聞に次のような記事がありましたので紹介します。

### ～【子どもの近視 外遊びで予防】～

『近視の子どもの割合が年々増えており、デジタル機器に触れる時間の増加が要因の一つとされる。一方、近くを見る時間が長くても、外遊びをしっかりしていれば近視の程度が軽くなるのが海外の調査研究で分かっている。海外では、視力低下を防ぐ施策として屋外活動を取り入れる動きが広がっており、専門家は「日本でも教育現場の小さな取組から広げていくことが必要だ」と訴える。』  
以上のように、外遊びが子供達の体に及ぼす効果は大きいようです。本法人こども園の取組を後押しするような記事であり、今後もいろいろな遊びを通して取組を進めてまいります。

## \*\*\*\*\* こんな時どうする? ～ 具体的な声かけ例! \*\*\*\*\*

子どもは一度ではできるようにならないし、同じことを何度も繰り返します。だからこそ、できているところに注目して、褒めること（さすが、できたね、頑張ったね 等）が、大切なポイントです！褒められると子どもは、「また、お母さんやお父さんに褒められたい」と、少しずつ成長してくれます。

### ◇出かける時間になっても、支度をしない

「出かける時間だね。そろそろ、この服に着替えよう。」

「(着替えが出来たら)自分で着替えができたね、じゃあ次は、かばんを持ってきてね。」

- ・「支度」とひとくくりに声をかけても、何からやってよいか分からないことがあります。やれることから、具体的に伝えましょう。

### ◇よく忘れ物をしてしまう

「忘れ物を減らす方法を一緒に考えよう。」

- ・望ましくない行動がある時は、どうしたら良いか一緒に考えたり、子ども自身に考えさせてみましょう。忘れ物に関して、子どもから「玄関に置いておく」等、良い考えが出てきた時には、「いいね、良い考えだね。」と、子どもの考えを肯定すると自信にもつながります。「持ち物リスト」や「やることリスト」で見える化するのも有効です。

## ◇座ってほしい時に座ってくれない

「床か、こっちの椅子か、どちらかに座ろうね。」

- ・子どもにも意思があるので、指示されてばかりだと反発したくなることもあります。特に、「自分でやりたい」という自我が芽生える幼児期は、子どもが自分で選べるように、選択肢を提示していくことは有効です。

(参考文献：厚生労働省資料)

## 各こども園での「こども達の様子」を紹介します

延び延びになっていた「おもちつき」を1月23日に「新春もちつき」として、やっと行うことができました。

子ども達も「明日、おもちつきだよね～」と、楽しみにしていた中で当日を迎えました。蒸かしたてのもち米の匂いを嗅いで「いいにおい！」と、うれしそうに歓声が上がったり、実際にもちをついたりし、皆で楽しくもちつきを終えることができました。つきたてのおもちは、とてもおいしかったようで、たくさん食べた子もいました。

(「新春もちつき」～夕陽ヶ丘認定こども園)



12月2日、生活発表会を開催しました。当日は、4年振りに観覧者の人数制限もなくたくさんの方にご来場いただき、子ども達も大喜びでした。

3歳未満児は、いつも楽しんでいる遊戯に可愛らしい衣装を着て、元気いっぱいの姿を見せてくれました。3歳以上児は、緊張しながらも大きな声で台詞を言ったりリズム表現を披露することができました。特に、年長組の「まつり太鼓」では、練習中はいろいろと苦戦していましたが、当日

は皆で力を合わせ、迫力ある演奏を発表することができ、大きな拍手をいただきました。

子ども達の活躍、成長した姿が見られた一日となりました。(「生活発表会」～光西認定こども園)



1月16日、4歳児・さくら組、5歳児・ひまわり組がバスに乗って若松市民スキー場へソリ遊びに行ってきました。

とっても楽しみにしていた子ども達ですが、スキー場に着くとソリ滑りのコースまで少し歩かなくてはいけません。「どこまで歩くの?」なんて言いながらも、皆ウキウキ、ワクワクしているので張り切って歩いていました。コースでは、雪が降った後だったので最初は思うように滑れませんでした。何度も繰り返し滑っているとスピードも出るようになり、皆笑顔いっぱい、楽しい一日となりました。

(「4・5歳児ソリ遊び」～みなみ認定こども園)



## \*\*\*\*\* 地域支援事業の取組 \*\*\*\*\*

本法人では、各こども園の開放等「地域支援事業」に取り組んでおります。その一環として、11月17日には、夕陽ヶ丘・光西・みなみ認定こども園と光西認定こども園・子育て支援センター（実施会場）の共催事業として、北見市健康推進課の長井栄養士を講師に迎えて「離乳食講座」を実施しました。

講座では、「子どもだけではなく、大人の食生活を見直す」「調味料の使い方」「手づかみ食べの意味や大切さ」「卵を与える時期」等について、現在のアレルギーに対する考え方や離乳食を難しく考えずに、大人の食事から取り分ける簡単な調理方法などをプロジェクターを使用し、イラストや動画で大変分かりやすくお話いただきました。

参加者の中には、「離乳食は経験しているけれど忘れてしまい、もう一度学びたい。」という第2子、第3子のお子様がおられる方も多くおり離乳食への関心の高さを感じた講座となりました。

