



7・8月の園だより

学校法人志賀学園

松の実こども園

令和7年7月1日

「松の実ファーム」のブルーベリーの実が、今年は特に大きく育っています。たくさんの実がなり始めた頃、誰かが興味を示して実を取ったことにより摘果（てきか）された状態になり、残った実に栄養や水分が十分に行き届いたからのようです。ミニトマトやきゅうりなどの苗も植えました。これから花が咲き野菜がなる様子を眺めながら収穫を楽しみ調理して食べたいと思います。

さて先日、NPO 法人子どもの家・公認心理士で臨床心理士の阿邊夏希先生をお招きして、「幼児期の子どもの豊かな心と体と脳を育む」と題し、教育講演会が行われました。

まず初めに、「お子さんに将来どう育って、どんな大人になってほしいか？」と問われました。誰もが我が子には将来『幸せを感じながら社会の中で活躍して欲しい！』と願っていることと思います。それには、**アタッチメント（愛着）**が大切だそうです。

●5歳頃までは「見る」「聞く」「触れる」といった五感を使ったスキンシップの中で、誉めたり手を差し伸べてくれる、信頼できる（守ってくれる）大人がいることで、安心感や信頼感の土台が作られ、そこから挑戦したり活躍したり、自分を発揮できるようになります。

●子どもが親に“愛されている”と感じることは、赤ちゃんの頃は、全ての不快なことには「泣く」ので、抱っこしたり、あやしたり、話しかけが大切です。決してスマホで泣き止ませたり、親がタブレットに夢中になったり、メディアを与えて放っておいてはいけません。

（2歳まではメディア接触は脳の傷。5歳まで積極的な接触も不要。今からでも接触を控え自然の中で過ごす時間を増やし大切にするとこれまでのダメージが回復されるそうです。）

●幼児期の健やかな体と頭と心の脳を育てるには、「寝て」「起きて」「太陽の光を浴びて」「ご飯を食べて」「体を動かす」毎日一定の安定した生活環境を用意してあげることが大切です。

（特にメディアから出る『ブルーライト』は昼間の光なので、脳が勘違いします。寝つきを良くするために、寝る1時間前にはメディアはオフにしましょう。）

●できるだけ、平日も休日も同じ時間に食事や入眠をしましょう。食事は子どもと一緒に楽しくいただく。ちょっとした子どもの変化に気付いたり耳を傾けるチャンス。テレビを消しダラダラ食べを避け30分で切り上げる。

●遊びは「体」を作り、「学ぶ」意欲、「豊かな心」を育みます。大人も一緒に楽しみましょう。危険や迷惑なことでない限り、やりたいことは見守りながらさせる。ダメダメでは意欲を失います。子どもの“こうしたい”を大切に、失敗は貴重な経験です。大きな失敗をしない為、小さな失敗で自分の能力を知ること大事。

●しつけは気長に、叩く、脅かす、怒鳴らず、見本を見せて少しでも出来たら誉めましょう。

「生活」は毎日のことですので、理想的にはいかないのは当たり前。一人で頑張り過ぎず、信頼できる人や場所を頼りにして気長に育てていきましょう。ということでした。

もうすぐ「七夕」です。昔は機織りが上手だったという織女星（琴座のベガ）にあやかって、針仕事などの上達を願う行事でした。江戸時代に入ると、寺子屋に通う子どもたちが字の上達を願い、短冊を笹竹につるすようになったそうです。園でも、短冊には憧れや夢など願い事を書くことを伝えたと「走るのが速くなりたい」「お絵描きが上手になりたい」「消防士さんになりたい」など短冊に自分の思いを書き、園全体で笹飾り作りを楽しんでいます。是非、ご来園の際にはご覧ください。