１月の園だより

学校法人志賀学園
認定こども園
平第一幼稚園
令和８年１月８日

新年あけましておめでとうございます。
新年を迎えご家族でゆったりとしたお正月を迎えられましたでしょうか。
今年の十干十二支（じっかんじゅうにし）は「午（うま）」です。特に今年は、６０年に１度の「丙午」の年です。
午年は、十二支の７番目にあたり、俊敏さ、勇気、行動力の象徴とされています。馬は古くから人々の暮らしを支え、移動や農耕、戦に不可欠な存在でした。
はじめに「丙午」と記載させていただきましたが、「丙（ひのえ）」とは、太陽のような明るさ、情熱、決断力を象徴し、物事を大きく広げる性質があります。
そのため、２０２６年の丙午は、情熱や勢いが高まり、エネルギーに満ち溢れる年とされています。
下記のような、運勢になると言われています。

・努力と集中力が実を結びやすい年です。
・人とのつながりを大切にし、積極的に行動することでチャンスが広がります。
・自分の情熱を信じて前向きに進むことが開運の鍵です。

「十二支」と「干支」は同じ意味合いと思われがちですが、十二支は、子・丑・寅・卯・辰・巳・午・未・申・酉・戌・亥の１２種類の動物を指します。
干支は、十干（甲・乙・丙・丁・戊・己・庚・辛・壬・揆の１０種類）と十二支を組み合わせ６０通りの組み合わせを指します。

●改めて「お正月」とはどういった行事？

日本は古くから万物に神様が宿ると考えられており、その年の豊作や幸せをもたらす歳神様は１年に１度、新年に訪れると信じられてきました。お正月は新しい歳神様を迎え、幸せをいただくという風習です。
お正月には、それぞれ名称があります。

・お正月・・１月１日～１月３１日。「正月」は１月の別の呼び方ともされています。
・元旦・・１月１日の朝。歳神様は日の出とともに来られるといわれています。
・元日・・１月１日。１年の始まりの日であり、歳神様が家庭を訪れる日です。

●三が日とは？

１月１日～１月３日。三が日は初詣に行ったり、おせち料理を食べてゆっくり過ごすといった、１年の始まりをお祝いする期間です。三が日に起きたことは、その１年に影響するといわれ、古くからやってはいけないこともあります。
三が日に控えること

・掃除をする・・歳神様が来ている福を払ってしまうため、良くないとされています。
・料理をする・・諸説ありますが、歳神様を休ませるためには、火や水は使わない方が良いとされています。
　　保存が効く食材でおせち料理を作り置きしておくのもこのことが関係しています。
・刃物を使う・・刃物を使って怪我をしないように。また刃物は縁を切るとされています。
・喧嘩をする・・暴力や言い争いはもちろん、誹謗中傷や欺く行為も普段からしてはいけません。
・散財する・・・基本的にお賽銭以外のお金はあまり使わない方が良いとされています。

●松の内とは？

関東では１月１日～１月７日　関西では１月１日～１月１５日を指します。
歳神様が家庭を訪れる期間を指し、松の内を過ぎると歳神様が帰られるため、お正月飾りを片付けます。他にも松の内を境に変わることがあります。

・挨拶「あけましておめでとうございます」→「今年もよろしくお願いします」
・年賀状→寒中見舞い
・掃除をしてはいけない→掃除をしてもいい

●鏡餅とは？

神棚や床の間などに飾るお供え物。また、歳神様が宿る場所ともされています。松の内に歳神様を送り、お正月の祝い納めとするのが「鏡開き」です。歳神様が宿っていた鏡餅をいただき、無病息災を祈る風習ともされています。
こども園でも、１月９日（金）に予定をしています。※本来は１月１１日に行うのが基本です。

今年も子どもたちにとってより良い環境を整え、みんなが楽しく遊びを通して学び多き一年になるよう職員一同、誠心誠意保育に努めてまいりますので、保護者の皆様には引き続き、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

坂本卓哉

【令和８年の教育・保育方針について】
　先日１月５日（月）に志賀学園・松濤会の職員研修がありました。年頭のあいさつの中で、理事長先生から令和８年の教育・保育方針が発表されました。
　令和８年教育・保育方針**【こどもたちの「やってみたい！」に応える保育をしよう】**です。
　日々のあそびをお友だちや先生と楽しむ中で、自分のやりたいがたくさん見つかるようになります。その中で私たち保育者が子どもたちのやってみたいに応える保育をすることで、子どもたちのこれからの可能性の糧の１つとなっていけるようにしていきたいです。

【５歳児健康検査について】
　就学後の子どもたちに対する切れ目のない援助を目的としていわき市でも５歳児健康診断が令和８年度からいわき市でも実施する予定でいます。
　下記の資料は、５歳頃の子どもたちの成長をイラストも交えて説明している物になります。
　成長発達だけでなく、家庭でのお子様のサポートを具体的にどのようにしていけば良いかなど記載されていますので是非、就学前のご参考としてください。

自立心が育つ一方で、まだまだ甘えたい時期でもあります。「できて当たり前」だと思わず、不十分なところはサポートしながら、長い目で成長を見守って。「自分でしたい!」と「甘えたい」を繰り返しながら、いろいろなことが少しずつ身に付いていくはずです。

家庭ではこんな取り組みで成長をサポート!

生活習慣

- 早寝・早起き・朝ごはん
- 朝の排便習慣
- 自分の持ち物の管理は自分でする
- 時間を意識して動く
- 立ったまま靴を脱ぐ・履く
- お盆で食器を運ぶ、料理をよそう

ことば・コミュニケーション

- 子供の話を丁寧に聴く
- 本を手にしやすい環境を整える
- 身の周りの文字や数、標識などに目を向ける
- 家族間でも、元気にあいさつをする

社会性

- 友達とたくさん触れ合う
- 場に合った役割を用意する
- 交通ルールを確認する
- 地域とのつながりを大切にする
- 「よい」「悪い」の判断を、理由も交えて伝える

遊び

- 多様な体験をする機会を増やす
- 自然に身を置く
- お絵描き、工作、折り紙など、手先をたくさん使う
- ゲーム性・勝ち負けのある遊びを楽しむ
- 砂遊び、水遊びなど、触覚を刺激する

- 生き物や植物を観察する・育てる

運動

- 天気のよい日は外で体を動かす

- よく歩く、よく走る
- 縄跳び、フラフープ、ボールなどで遊ぶ
- 跳ぶ、登る、くぐる、這うなど、多様な動きを経験する
- うまくできなくても、「挑戦する気持ち」を家族で応援する

発達について 気になることがあるならば……

子供の発達は個人差が大きいものです。「できる・できない」を気にし過ぎたり、よその子と比較したりするのではなく、「好きなことを存分に楽しむ」、「夢中になって遊ぶ」、そんな一つひとつの経験こそを大切に。多くの場合、できなかったり、苦手だったりすることも、時間がたつにつれ気にならなくなるものです。

ただ、保護者や周りの大人が「これでいいのかな」と不安や育てづらさを感じていたり、何よりも子供本人が困っていたりするのならば、一度相談してみてもいいかもしれません。少し先の就学も見据えながら、今できることを一緒に考えてみませんか。

例えば、こんなことが気になっていませんか？

- 落ち着きがなく、少しの間でもじっとしていられない
- 極端に不器用
- 他人の心情を気にし過ぎる
- 会話が成立しにくい
- かんしゃく・パニックをよく起こす
- 気持ちのコントロールが難しい
- 集団遊びが苦手。一人で遊ぶことが多い

こんな所で相談できます

まずは、お住まいの地域の相談窓口を活用するのがおすすめ。また、通園中の幼稚園・保育園やかかりつけの小児科医は、普段の子供の様子を把握しているので、具体的な話がしやすいでしょう。場合によっては専門機関につなぐなど、力になってくれるはずです。

- こども家庭センター
- 自治体の子育て相談窓口
- 通園中の幼稚園・保育園
- かかりつけの小児科
- 児童相談所
- 医療機関の発達外来・児童精神科　など

子育てに奮闘中の皆さんへ

一筋縄ではいかない子育て。じわじわとストレスや疲れがたまっていませんか。抑え切れないイライラ、意欲の低下、だるさ……。心当たりがあったら、少し休憩が必要です。

自分の好きな方法で構いません。リラックスできる時間を確保して、ほっと一息つきましょう。誰かに気持ちを聞いてもらうのもおすすめです。周囲の力を借りることも一つの手。

保護者が元気でいることは、子供にとっても大切です。疲れ切って身動きが取れなくなってしまう前に、自分のために時間を確保してください。