



## “この冬を乗り切りましょう”

今日から2月です。これから三寒四温で少しずつ暖かくなってくれようと考えます。しかし、園で「寒い、寒い」と言っているのは私たち保育者ばかりで、子どもたちは薄着の習慣が身に付き、縄跳び・鬼ごっこ・砂遊び・築山遊びなど、楽しそうに元気いっぱい遊んでいます。

これからは、各学年の大事なまとめの時期になります。友達や身の回りのものへ積極的に関わりをもち、より豊かな感情や感覚を育てながら、充実した保育を進めていきたいと思えます。まだまだ寒い日が続きますが、体調を整えてこの冬を乗り切りましょう。



### 冬の過ごし方についての情報

- 1 寒くても風邪はひかない  
風邪は、体の中に風邪症状を引き起こすウイルスが侵入することにより発症します。寒いだけでは風邪はひきません。
- 2 寒さが体を丈夫にする  
冬に喉や鼻の風邪が多いのは、鼻の奥の繊毛という毛の働きが鈍るためです。普段から寒さに慣れた体でいることが大切です。
- 3 健康に日光は不可欠  
日光を浴びると夜に眠りを引き起こすホルモンが分泌されます。夜しっかり眠ることは成長に欠かせません。日中しっかり日光を浴びましょう。
- 4 冬の屋外は楽しいことがいっぱい  
冬場は虫や雑草が少なく、外あそびには最適な季節です。

## “こんな親になってほしい！”



### 【第10回】「子どもを叱るときには言葉に気を付けよう」

子どもが悪いことをしたときにはもちろん、厳しく叱るべきです。しかし、その言葉には十分気を付けるべきだと考えます。「バカ」「お前は、もうだめだ」「どうしてそんなに性格が悪いの!」とか、「この、のろま」「ドジ」といったような人間まるごとダメであるかのような言い方は厳に慎むべきだと考えます。

そんな言葉をことあるごとに浴びせられていると、その子どもは遂に、自分はダメ人間だと思い込むようになります。しかし、余裕が無く、つい感情的になって叱ってしまうことはあります。(偉そうなことを言っているわたしも実際ありました。)そこで大切なのは、叱った後のフォローをすることです。

◎「さっきはごめん。これおいしいから食べなさい。」◎  
「うん、おいしい」我が家の夕食での会話です。単純な我が子は、おいしい食べ物の魅力に勝てず、そこから会話が弾みます。単純な子であることにちょっぴり感謝し、この歳になっても親としてまだまだ未熟な自分を反省する今日この頃です。

