

なかよし一む、プレ・スクールでは、幼稚園探検をしました♪

シニアサロンでは、3歳児さんと一緒に、お花の苗植えをしました！



## 「なかよしミックス」に遊びにきませんか！

就園前までのお子様と保護者の方が一緒に参加して親子で楽しく遊ぶ集いの場です。

★第8回目の11月は、下記の日程で実施します。

日時：11月12日（火） 10:00～12:00  
11月15日（金） 10:00～12:00

内容：運動場で遊びましょう

持って来るもの：着替え・帽子・コップ

場所：地域子育て支援センター「さんこうぼぼら」

※事前のお申し込みが必要です。

受付は、平日9:30～17:00

（いずれの日も10組程度の親子）

★第9回目の12月は、下記の日程で実施します。

日時：12月11日（水）・12月13日（金） 10:00～12:00

内容：クリスマス会

※詳しくは、次号でお知らせいたします。

## 11月・12月の「フリーデイ」について

保育園の支援センターを下記の日程で開放します。

事前の連絡は、必要ありません。

お好きな時間にお出かけ下さい。

日時：11月25日（月）・26日（火） } いずれも10:00～12:00  
12月16日（月）



なかよしミックスで、芋掘りに行きました。  
大きいお芋が掘れました！大喜びの子どもたちです(\*^\_^\*)

## さんこう・ぼぼら開放の時間帯について

【開園日】  
○月～金  
（祝祭日・お盆・年末年始を除く）

【時間】  
○9:00～12:30  
・園行事の為、ご利用できない場合があります。  
・出前支援の場合は、担当職員が不在になります。

○12:30～13:30  
昼休みの為閉園

○13:30～16:00  
この時間帯のご利用の場合は、電話での申し込みをお願いいたします。

三光保育園：31-6877



## 「シニアサロンぼぼら」に遊びにきませんか

子育て支援センター「さんこうぼぼら」では、月に1回地域の方におこし頂き楽しいひと時を過ごしています。

日時：11月8日（金）

内容：おまつり広場にご招待！！2歳児の子どもたちと一緒に、お買い物をお楽しみください

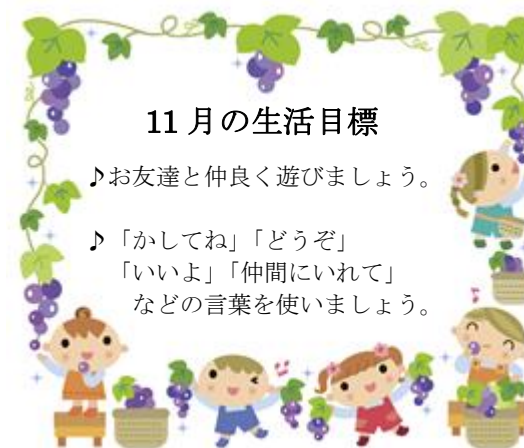
場所：三光幼稚園、三光保育園 運動場

永原学園地域子育て支援センター  
さんこう・ぼぼらだより  
2019年11月発行 第151号  
認定こども園 西九州大学附属三光保育園  
TEL:0952-31-6877

## 11月の生活目標

♪お友達と仲良く遊びましょう。

♪「かしてね」「どうぞ」  
「いいよ」「仲間にいれて」  
などの言葉を使いましょう。



## 体験と表現力

先週から契約栽培して頂いている芋畑に学年ごと、4回に分けて園バスに乗って出かけました。今年の2歳児さんは、土の中から芋が出てくると大喜びで拾い集め、「もっとほりたい！」「せんせい～わたしも！」等々、意欲的でした。一方、年長さんは3～4度目の経験となるためバス中での会話からも、かなりの予測ができていました。「今年は袋が一杯になるくらいとれるかな？」「いのししが食べたらしいけど残っているかな？」そして到着後、目の色を変えて収穫をすると、「先生、これどれくらいの重さ？」「う～ん、3キロくらいかな」「僕のは？」「うわ～、これは4キロくらいあるよ！」等々、私の手測りによる応答に、「私は21個あるよ」「僕はもっとある！」等々、数での応戦が始まりました。2歳児や年少組との会話では見られない、数量の概念が経験によって表現できるようになっていました。また、栽培をしている方のお話を聞いて、いのししから芋を守るためにたくさんの作業があったことを知り、「ありがとうございました♥」と、自然にお礼が口に出てきました。毎日の体験の積み重ねが、子ども達の知識や表現力を育てていることを改めて感じました。

近年は、11月はとてもいい季節ですね。近くの野山や公園に出かけて、自然体験を楽しみましょう。

（三光保育園園長）

## 三光保育園入園申し込みについて

令和2年度の入園申し込みが始まりました。入園申込みの窓口は、市役所になりますので、よろしくお願いします。

なお、11月28日（木）14時30分より、園の説明会と園内見学を行います。  
※事前のお申し込みが必要です。 ※受付時間は、平日9:30～17:00 です。

## ♪育児相談・食育相談をしています♪

三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。

お気軽にお申し込み下さい。

※毎月第3火曜日の14時～16時までは、西九大短期大学部教員による食育相談を行っています。  
事前にお電話でお申し込みの上、ご利用下さい。



## 「幼児期の自然体験」

幼児保育学科 講師 津上佳奈美

晴れた日には遠くに韓国が見える、長崎の離島、対馬の一番上の小さな町で、私は、2歳から9歳までの7年間を過ごしました。小学2年生の時、担任の先生が1人ずつ小刀を持たせてくれ、学校の裏山に秘密基地を作っていました。今考えるとヒヤヒヤしますが、そんな体験を通して、子どもなりに「危ないこと」「自然の怖さ」を学んでいたのだと思います。楽しく通っていた小学校の周りには川が流れていて、そこで遊んだり、川辺に座って友だちとお喋りしたりする時間も大好きでした。今でも裏山の香りや川の音がふと蘇る時があります。これが私の原風景。踏ん張らなければならない時の私の活力になっています。

さて、皆さんにはそのような風景があるでしょうか。そして、今の子どもたちの心には、どのような風景が刻まれていくのでしょうか。どんな遊び場や遊びの風景が、子どもたちの心に焼きついていくのでしょうか。

私は、ゼミ生と共に「幼児期の自然体験」をテーマに、子どもたちが自然（特に、川や川の生き物）と触れあえるような機会と環境を作る活動に取り組んでいます。“まずは学生自身が自然に触れる、自然と遊ぶ体験が必要だ”と感じ、山や川、休耕田に出かけると、まるで子どもに返ったように夢中で遊びだす学生の姿があります。昨年度からは、園児と川遊びを楽しめるような企画をしています。その中で、子どもの発話や行動を分析してみると、川遊びを通して子ども自身が様々なことに気づき、学んでいく姿が捉えられました。例えば、川遊びでの初めての体験が、新たな感性に出会う機会となったり、非日常的な環境の中で「危ない」「怖い」と感じる場面を友だちと共に乗り越え達成感を味わうことで、互いを思いやり認め合う気持ちが育まれ、協調性など大切なことを学ぶ機会となっていることもわかりました。また、「ごつごつしている」「痛い」と言いながら慎重に川の中を歩いていた子どもたちが、どんどんと水の中に入り遊びこむ姿が見られ、自然の厳しさを身体で理解しながら、川での遊び方を学んでいく様子もありました。大人が一方的に教えるのではなく、子どもたちは、川遊びの中で自分自身が危険を感じたことで、対処する方法を学んだり、回避するために自分で判断する力を身につけたりすることができるのです。

幼児期の自然体験が、子どもの行動や発育発達にどのような影響を与えているのかということを明らかにしようとする研究も多くあります。幼少期の体験が、大人になってからの様々な活動に影響を与えることも知られています。実際に、父親・母親になると、親自身の幼少期の体験や遊びが、自分の子育てのベースになっていることに気づきます。テレビでもゲームでもスマホでもなく、“自然”と遊ぶことで子どもたちが学ぶことはたくさんあります。私たちは、自分の子どもに、どんな“遊び環境”をプレゼントすることができるのでしょうか。



「歯を大切にしましょう」

西九州大学健康栄養学部健康栄養学科 助手 中島香奈子

今月、11月8日は語呂合わせで、「11（いい）8（は）」となることから、「いい歯の日」と制定されています。いい歯の日を制定した、日本歯科医師会では、この日に合わせて国民へのさまざまな歯科保健啓発活動を行っています。いい歯の日の他にも、80歳になっても20本以上自分の歯を保とうという「8020（はちまるにいます）運動」というものも行われています。

健康な歯を保つために、よく噛んで食べたり、食べたらしっかり歯をみがくようにしましょう。そして、好き嫌いをせずに、色々な食べ物をバランスよく食べることが大切です。



## ✿噛むことの役割✿

## ①虫歯を防ぐ

よく噛むことで、唾液の分泌が促進されます。唾液は口の中の細菌や食べかすなどを洗い流し、虫歯や歯周病を防いでくれます。また、唾液は口の中に侵入してきた病原体に対して殺菌作用があります。

## ②味覚の発達

薄味のものでも、よく噛むことで食材そのものの味を引き出すことができます。

## ③脳の働きをよくする

あごを動かす運動は脳を活性化してくれます。子供の知育に効果的です。

## ④ことばの発音をはっきりする

よく噛むことで、舌や口のまわりの筋肉をしっかりと使うことが出来、バランスよく筋肉をつけることができます。

## ⑤胃腸のはたらきをよくする

しっかりと噛むことで消化を助ける消化酵素がたくさん出ます。



## ✿強い歯を作る食べ物✿

- |                       |                   |  |
|-----------------------|-------------------|--|
| ◎良質なたんぱく質（歯の基礎をつくる）   | ：牛乳、卵、豆腐、魚        |  |
| ◎ビタミンA（エナメル質の土台を仕上げる） | ：豚肉、ほうれんそう、人参、バター |  |
| ◎ビタミンC（象牙質の土台を仕上げる）   | ：ほうれんそう、みかん、さつまいも |  |
| ◎カルシウム（歯の石灰化を助ける）     | ：ひじき、チーズ、小魚       |  |
| ◎リン（歯の石灰化を助ける）        | ：米、卵、チーズ          |  |
| ◎ビタミンD（カルシウムの代謝を助ける）  | ：牛乳、魚、卵           |  |