

きぬた



2023年7月3日
社会福祉法人多摩福祉会 砧保育園
世田谷区祖師谷4-3-17
03-3483-1950

ささにたんざく たなばたまつり おてらじゃこどものこまだすき

まちじゃおどりさ おんどととろ ささえ ささえ (わらべうた)

* 水遊び・プール活動で大切にしていること *

地球温暖化の影響を受けてか、気温が高い日が多くなっている今日この頃。子どもたちが生きる未来の地球はどのような状況になっているのでしょうか…。私たち大人がどのようなバトンを渡せるのかにかかっていますね。大人は子どもたちの声を聴く必要がありますし、環境問題についてもいつか子どもたちと話し合ってみたいです。

暑さを話に戻しますが、暑くなると「熱中症で搬送された方が〇〇名となりました」等の報道が聞こえてきます。熱中症になりやすい背景に、以前よりも気温が高くなっていること以外にも、「体温調節機能」が育ちづらくなっている状況があると言われてしています。空調機器が発達し快適に過ごせる一方で、汗をかいて体温を調節する等の機能が働きづらくなっているということです。しっかり汗をかける身体にすることが、自分の身を守ることにになります。特に乳幼児期は、自然の温度変化に対応しうる体温調節能力を形成する大切な時期です。砧保育園では、室温が低くなり過ぎないように意識して汗をかけるようにし、水遊びやプールで身体を冷やすことで爽快感を得て更に水が大好きになることで抵抗感をなくしていくというねらいも持ちながら生活作りをしています。水の活動後は身体が冷えているので、そこでも冷えすぎないように室温調節に気を配っています。

ここで、自然の素材としての「水」の与える効果をお伝えします。水には、薄着や日光浴と同様、皮膚を鍛える効果があります。外気温と水温の差が大きければ大きい程刺激効果が強くなります（砧保育園では水温を25℃以上としています）。この温度差が反射的に呼吸中枢を興奮させたり、体温調節中枢を刺激したりします。泳がずに手を水に入れるだけでも、顔を水で洗うだけでも冷温反射が起き、全身の血液を変化させ血行を良くすると言われてしています。

また、「水につかる」と「泳ぐ」では効果が違ってきます。泳ぐことの効果として、

- ・骨にかかる体重作用がない
- ・自由にのびのびと手足を屈伸させることにより、血液循環が促進される
- ・水圧の助けをかりて呼吸筋を鍛える
- ・筋肉自身の働きによる血液ポンプ作用に加えて、皮膚表面からかかってくる水の力が、皮膚や皮下の血液を促進するように働くので、全身の血液循環をよくする 等です。

そして、乳幼児期に行う理由としては、運動神経の仕組みの整備の時期であり、心理的に素直で活動に専念できること。特に幼児は肺活量は成人と同じくらいになりますが、体比重が成人よりも軽く浮力が強いこと等が挙げられます。加えて、心の底から「楽しい！」活動があることで、生活自体に意欲が湧き出てきます！ 熱中症の心配もあるかと思いますが、体調管理を丁寧にしながら、この有意義な水の活動を保障することが子どもたちにとって必要だと考えています。

〈7月の予定〉※状況により変更あり。

6日（木） 歯科検診・歯の学習会
0歳児健診・きぬたん（水遊び）

7～8日（金～土） らいおんお泊り保育

11日（火） きぬたん（赤ちゃん広場）

12日（水） 夕涼み会 異文化交流

13日（木） 誕生会

19日（水） 地域学習会（木のおもちゃ）

20日（木） 避難訓練

〈8月の予定〉※状況により変更あり。

1日（火） らいおん午後プールスタート

3日（木） きぬたん（水遊び）

16日（水） 避難訓練

24日（木） 誕生会

20日（木） プール終い



看護師交代のお知らせ

この度、鈴木あかね看護師が7月末で退職することとなり、新たに7月1日から箕輪由紀看護師が入職しましたのでお知らせいたします。尚、鈴木看護師は7月7日（金）が最終出勤日となりますのでよろしくお願いいたします。

「この度、私事により七月をもちまして退職することになりました。

保護者の皆様、お子様方にはご迷惑をおかけすることとなり誠に申し訳ありません。

至らぬ点多々あったと思いますが、保護者の皆様の温かな支えとご協力があったからこそ、これまで務めることが出来たと思っております。心より感謝申し上げます。

子ども達の生き活きとした姿、溢れる笑顔、真剣なまなざしを近くで感じ、共に過ごすことが出来た時間は、とても大切な宝物となっています。

保護者の皆様とお子様方のご健康とご多幸を心から願っております。

本当にありがとうございました。」

鈴木あかね

*夏は水の刺激だけじゃない！

生き物に夢中な子どもたち！*

砧保育園の園庭には、ダンゴムシやチョウチョ、カマキリやトンボ、カナヘビやイモリもきます！子どもたちは見つけるや否や虫かごを持って裸足で園庭へ駆け出し、夢中になって一心不乱に捕まえに行っていますよ！自然な環境の中で生き物にもたっぷり触れ、「こころに隠れていそう！」と土を掘り返して「見つけた！」「捕まえよう！」「すぐ逃げちゃうから静かにね！」等、特性を知りそれにどう対応するのか、そして「〇〇くんなら捕まえられるかも！」と友だちと連携していたり。大人が意図していない活動の中でも、子どもたちは豊かに学び、育ちあっています！知的好奇心も刺激され、図鑑で飼育方法を調べて実際に飼う体験の中で、カナヘビにクモを食べさせたりと、食物連鎖についても知る機会になります。そのような原体験が学校に行ってから学びの土台にもなっていきます。乳幼児期は実体験を積むことに勝る学びはありません。この夏は親子で身近な自然に目を向けて、子どもが見ている世界と一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか！