



あけましておめでとうございます。今年の元旦は天気が良く気持ちいい新年が迎えられましたね。年末年始は例年以上の長いお休みとなり、家族で楽しく賑やかに過ごされたのではないのでしょうか？

今朝、遊戯室で新年のつどいをしました。園長先生のお話を聞いた後、たいようぐみさんはみんなの前で今年やりたいことを1人ずつ話してくれました。“早起きをがんばりたい”“早起きをがんばる!!”“跳び箱7段跳びたい”“足が速くなりたい”“本物の大きな魚を釣りたい”“シャンプーが一人でできるようになりたい”などなど…1人1人がそれぞれの思いを堂々と伝えてくれました。そして、園歌を元気に歌い、一年の始まりをみんなでお祝いしました。

今年も、みんなにとってこの年が幸せな一年となりますように♪今年もよろしく願いいたします。

	6日(月)	新年のつどい 七草摘み	16日(木)	誕生会
	7日(火)	初釜会	17日(金)	お弁当の日
	9日(木)・10日(金)	絵本貸出日 (ほし・しずく)	20日(月)	ひかりクリーンデー
	10日(金)	とんどさん	21日(火)	避難訓練(火災)
	14日(火)	こどもケアの日 身体測定の週	23日(木)・24日(金)	絵本貸出日 (たいよう・そら)
	15日(水)	剣道	24日(金)	みそ作り(つき) 集金日
			27日(月)~31日(金)	さわやか大作戦
			29日(水)	英語

無病息災を
祈ります

2025年が始まりましたね。今年のみ(巳)年です。「蛇は脱皮を繰り返すことから、新たなスタートや再生の象徴で、新しいことや目標に向けて始動するのに適した年だそうです。みなさんの新たなことへの挑戦の年になるといいですね。今年も充実した一年でありますようにお祈りいたします。

さて、日本は他国と比べて自己肯定感が低い国と言われていますが、自己肯定感を上げるためにはどうしたらいいのでしょうか。お正月、ふと本屋さんに立ち寄ると、以前、講義を受けたことのある諸富先生の本が置いてあり、目に止まったので読んでみました。少しだけ紹介します。(「自己肯定感をのばす育て方」監修 諸富祥彦 より)

『ここ数年、子どもの自己肯定感について取り上げられるようになってきました。しかし、この間に子ども自身の特徴が変わったわけではありません。子育ての目標のひとつは、子どもが自分で「なんとかやっつけていけそうだな」と思える大人になること。ここを目標に長い目で見ていきましょう。本当に必要な本物の自己肯定感とは「自己受容」です。「生きているだけで丸儲け」という言葉があるように、「親であるだけで丸儲け」なのです。

「この子にこうなってほしい」「こうあるべき」と思わず、「まあいっか」「この子はそういう性格なのかもしれない」と思えること。これが本当に自己肯定感なのです。

子育てに完璧はありません。ただ、これだけは大切にしてほしいという基本さえ守っていればいいのです。

また、子育てで大切なことは、子どもの言うことに耳を傾けることです。“相づちを打つ”ことをしてみましょう。ゆっくり、しっかり、声に出して大きめにうなづいてみましょう。親の気を引くために、わざとに悪いことをする子がいます。悪いことをした時は無視して良いことをした時に褒めてみましょう。「すぐ、その場で、具体的に」言葉にするのがポイントです。

また、他人に子どもが褒められた時、謙遜で子どもを傷つけないようにしましょう。「そうなんです。とってもいい子なんです」と返したら、子どもは嬉しいものです。子育ては長丁場です。親自身が自分を受け入れ、好きになれないと子どもも自己肯定感を持ってなくなります。親もストレスを感じながら生きています。自分に合ったストレス解消法を見つけましょう。

例えば...大声で叫ぶ、イヤな気持ちを紙に書き出す、アロマをかぐ、クッションなどに「いいかげんにしてー」などと叫びながらパンチする、歌を歌うなど。気軽にできることを取り入れてみてはどうでしょうか。まずは親がハッピーでいることが子どもの自己肯定感をアップすることにつながります。』

悩んだときに本を読んだり、周りの人(専門家)に相談したり、おいしいものを食べて会話したり...自分を取り戻していくことが大切です。親も子も穏やかに幸せに過ごしたいですね。(園長 筆)



【ティッシュ2箱】
園児一人当たり2箱のティッシュの寄贈をお願いします。

【とんどさんについて】
玄関にダンボール箱を用意しますので、正月飾りや書初めの書き損じ等がありましたら9日(木)朝までに持って来てください。なお、針金やビニールは取り除いておいてください。

【親子観劇について】
玄関にて案内していますように、2月1日(土)に劇団『風の子』さんが来られます。今年も、しずくぐみ～たいようぐみの全親子を対象とした親子観劇を保育園遊戯室で行います。昨年は九州から、今年は関西から3名の方が来てくださいます。詳細は後日おたよりを出しますのでお楽しみに♪

【園内研修について】
2月4日(火)、島根大学 原広治先生をお迎えしての園内研修を行います。早迎え(12時半)が可能な方はご協力をお願いいたします。詳細は後日お伝えいたします。

【初釜会に持ってくるものについて】
明日の7日(火)、たいようぐみ・つきぐみ・ほしぐみは、保育園で初釜会をします。靴下を持って来てください。



【送迎時について】
朝夕の送迎時は駐車場が込み合うこともありますので、子どもさんとのやりとりは速やかにお願いします。なお朝離れにくいなどお困りの際はお声がけください。