



さかわようちえんだより

～10月号～

令和4年9月29日
小田原市立酒匂幼稚園
園長 越川 知香子

第2学期がスタートした9月上旬は、日中は真夏のような太陽が降り注ぐ中、子どもたちはたくさん汗を掻きながら活発に遊ぶ姿がありました。園ではエアコンで空調したり、水分補給や休息などに配慮したりして熱中症対策を講じてきました。少しずつ園生活のリズムを取り戻してくると、さらに活発に様々なことに興味をもって取り組むようになってきました。同時に、夏から秋の季節の移り変わりのいろいろな自然現象（太陽の高さ、仲秋の名月、サツマイモなどの植物の生長の変化、セミの抜け殻、トンボやバッタ、コオロギなど生き物他）に興味関心をもって関わろうとする姿が見られるようになってきました。また、体を動かすことが気持ちよい季節となってきたことで夫々の学年で第1学期から楽しんできた遊びを継続しつつ、さらにステップアップした遊びにもチャレンジし体をたくさん動かして楽しむ姿があります。

いよいよ子どもたちが楽しみにしている“わくわくデイⅠ（運動会）”が近づいてきました。10月のクラスだよりの中で今までの各クラスの『遊びの様子と子どもたちが遊びを通してどんなことに興味をもち学んでいるのか』、また、合わせて『園の教育活動のねらいや教師のねがい』をドキュメンテーションで詳しくお伝えさせていただき、保護者の皆様と共にお子様の育ちを共有していきたいと思っております。

ご理解とご協力をいただき、当日は、子どもたちに温かい眼差しと拍手をお願いいたします。



『足育』とは…足を健全に育てることで体全体の健康を図る

“わくわくデイⅠ”を前に参考にしてください♡

足は、生まれてから時間をかけて成長します。生まれたばかりの赤ちゃんの足の骨はほとんどが軟骨で、軟骨にカルシウムが蓄積され、骨に変わっていく（骨化）のが足の成長です。18～20歳頃で骨化が終了します。足の中でかかととは7個の骨から成り立っています。これが全部揃うのは4歳頃です。歩くことが足を健全に育てる最良の手段ですが、昨今、生活環境や暮らし方の変化によって歩くことが減ってきている現状があります。足は、全身を支え、立ち歩くことを可能にしている器官です。私たちは何気なく立っていますが、足には自分の体重がかかり、地面からは同じ力で押し返されています。この押し返しによって倒れずにいることができます。5本の指がしっかりと地面や床に着いて初めて立ち姿勢が安定します。歩くことや、それを支える靴選びはとても重要になってきます。そこで、靴選びのポイントとして『足の大きさに合った靴を選ぶ』そして『足と靴がしっかり固定できる履き方をする』ことが大切です。

『正しい靴の履き方』



履き口を大きく開ける



手を添えて履き口が開いた状態を保ち、足を入れる



靴のかかとのうしろを地面に押付けて、靴を斜めの状態にし、足のかかとと靴のかかとを合わせる。こうすると爪先の余裕が生まれ、指を傷めない



足の甲の高さ・幅に合わせて履き口を寄せ、その状態でベルトを締める（靴紐なら紐を結ぶ）

『足育』遊びを紹介します。参考にしてみてください。

裏面に続きます！

みんなで守りたい『おだわらっ子の約束』について

さくら組の9月の約束は「明るく笑顔であいさつします」でした。第1学期から毎朝、保育室では元気なあいさつが響きわたっていました。また、大きな声で返事をすることもできるようになってきました。ほし組の約束は「どんな命でも大切にします」でした。捕ったトンボやバッタをそのままにしておくで死んでしまうことを経験した年長さんは、皆で命の大切さについて考え、話し合いました。

10月の約束は以下に決まりました。今月も意識して守っていききたいですね。

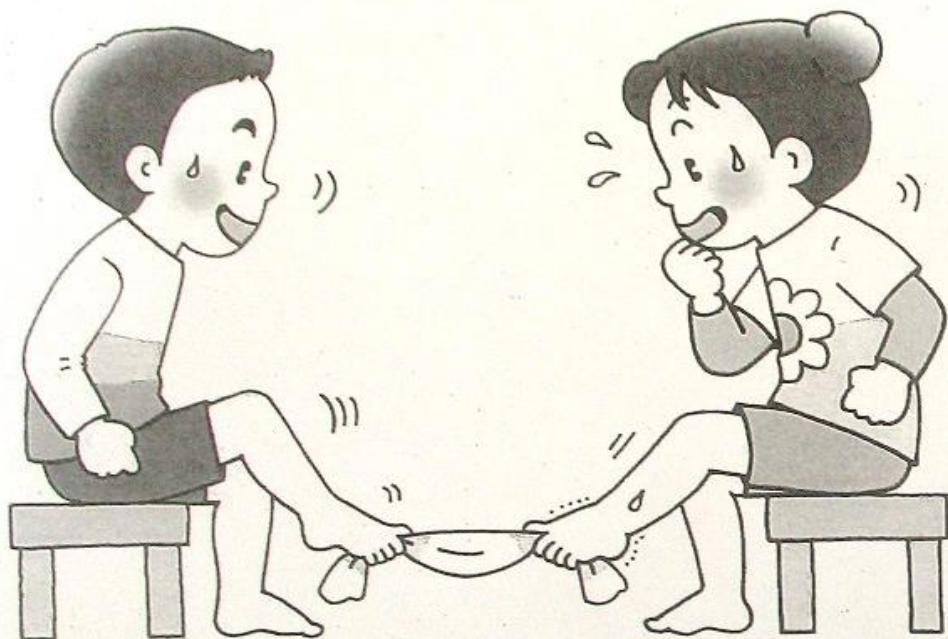


さくら組 10月の約束
「ありがとう」「ごめんなさい」を言います

ほし組 10月の約束
人の話をきちんと聞きます

今日からできる「足育」遊び

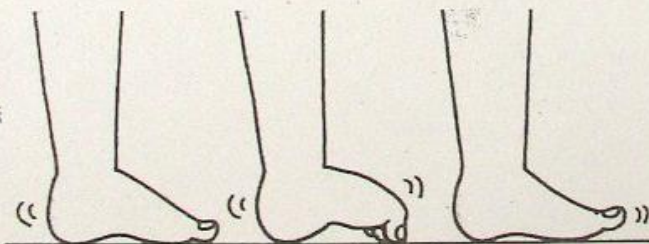
足の指は、手のように動く機能をもっていますが、足の指で何かをつかむという動作は、日常生活の中にはありません。ふだん靴の中に押し込まれたような状態になっている足指を解放し、5本の指がしっかり地面をつかめるよう、足指遊びを取り入れてみましょう。



【タオル綱引き】 タオルの端を親指とその隣の指ではさんでつかみ、引っ張りっこをします。タオルが先に指から外れたほうが負けです。

【いも虫歩き競争】

5本の指で床をつかみ、いも虫のように指を動かし、前に進む競争です。転ばないための訓練になります。



【足指じゃんけん】

「グー」は、5本の指にグッと力を入れて縮める。「チョキ」は、親指だけを上げる。やりにくい時は、親指以外の4本を下げ、親指が上がった形にする。「パー」は、「グー」とは逆に5本の指を開く。

【ビー玉拾い】

床に転がしたビー玉を足の指でつかみ、別に用意した容器に移します。3分などと時間を決めて、だれが何個、容器に移せたか競争してみるのもいいでしょう。

