

<西京区保育園フェスティバル>保育園児絵画展・ウエスティーちびっこステージ・遊びの広場

第15回の西京区保育園フェスティバルが開催されます。

第37回西京区保育園児絵画展・遊びの広場・ウエスティーちびっこステージとむむの子のステージです。遊びの広場(21・22日)は西文化会館ウエスティー2階会議室で、絵画展(21・22・23日)は創作活動室で行います。是非お出かけ下さい。

21日(土)と22日(日)には、「ウエスティーちびっこステージ」が同ホールで開催されます。桂ぶどうの木こども園は22日(日)午前10時より出演します。幼児組さんが今年度あそんできたグループのあそびを中心に内容を組み立て、準備しています。幼児組のお友達に出演を募らせていただいています。どうぞ参加、観覧のご協力をお願いします。

<寒さに強い体をつくろう！>

人はだれでも自分の体の中で寒くなれば血管を縮めて鳥肌をたて、無駄な体温はなるべく逃がさないようにして寒さを防ぎ、暑ければ逆に皮膚の血管をひろげて熱を放置し、汗をかきながら体温を調節する働きをもっています。この体温調節の機能は生後2ヶ月頃からだんだん働きはじめます。その頃に衣服を着せすぎると自分で体温調節していく力がなかなか発達しないで、ちょっとした事ですぐに風邪をひいてしまう体になってしまいます。薄着で過ごす事は、その自然にもって生まれた自分で生きていく力を強く育てていく事になります。冬になると暖房で部屋をあたため、外に出る時は、がっちり着込み出掛け、寒さから刺激をうける事を知らず知らずのうちに遠ざける生活をしていると、体が寒さによって鍛錬されないばかりでなく、汗をかき、その汗が冷えて体を冷やし風邪をひかせてしまう事につながります。部屋の中は暖かいのに冬というだけで着せすぎたりせず室温が18℃くらいあれば、動き周りあそぶ子ども達にとっては、肌着はランニングか半袖、その上に薄手の長袖の服、半ズボンで充分です。体温調節機能を育て、寒さに強い体づくりの為に着せすぎに注意していきたいと思います。そこで下記の事に気を付けて園での服をご用意下さい。

○ヒートテックの肌着は汗をかきやすく、その汗が冷えて体を冷やしやすいためやめましょう。ランニングか半袖の物を用意しましょう。

○1階赤ちゃんフロア・乳児フロアは床暖房です。お部屋ではズボンは半ズボンを用意しましょう。

*お子さんの体調が悪く用心したい時はお伝え下さい。体調に合わせて配慮させていただきます。

*子どもの衣服は、同じようなデザインの物が多いです。お名前の記入を、分かる場所にお願ひします。

テレビ・スマホこどもの生活に・・・考えてみましょう！

子どもの脳は大人の脳と違い発達の途中にあります。だから色々な事が大人と同じように感じるわけではありません。テレビを見ると大人はリフレッシュ効果があります。それは自分に必要な刺激以外とらないように脳が働くからです。子どもは、必要以上の刺激を脳が受けすべてを必死で処理しようと動き休めなくなり、眠れない状況を起こしてしまいます。また、一方的に情報を発信するため子どもは発信された情報を受け取るばかりで自分が発信する経験をしないで良い環境になります。スマホも同じです。子どもの生活の中にテレビやスマホと触れる時間がどれくらいありますか？出来るだけみないで過ごす生活を工夫してみましょう！