

☆7月のなかよし一む・ミニ・ミックスでは・・・☆

7月は、天候に合わせて、水遊びや新聞遊びを楽しみましたよ(\*▽)  
来月は晴れるといいな～



☆シニアサロンぽぽらでは・・・☆

保育園の4歳児・5歳児の子どもたちが、歌やお遊戯の発表をしてくれました♪  
シニアサロンの皆様の特技を見せてもらったり教えてもらったりして、楽しく昔遊び  
をして過ごしました。最後は、佐賀の民話の紙芝居を見ました。



「シニアサロンぽぽら」に遊びにきませんか？

子育て支援センター「さんこうぽぽら」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。

今月は、バスハイクです。

日 時 8月25日(火) 9時から12時30分

内 容：「野中かまぼこ」工場見学

集合場所：三光保育園玄関

(8時55分までに、集合して下さい)

※電話でお申し込み下さい。

TEL 31-6877



♪育児相談・食育相談をしています♪



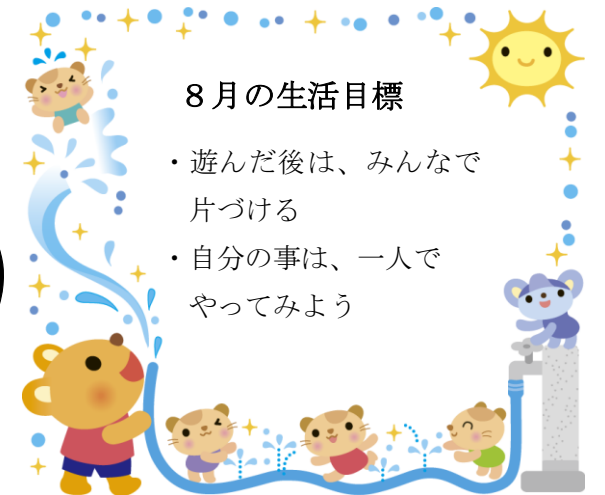
三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。

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、西九大短大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。(31-6877)



永原学園地域子育て支援センター  
さんこう・ぽぽら  
2015年8月発行 第100号  
認定こども園 西九州大学附属三光保育園  
TEL:0952-31-6877



8月の生活目標

- ・遊んだ後は、みんなで片づける
- ・自分の事は、一人でやってみよう

暑中お見舞い申し上げます

今年の夏はなかなか梅雨明け宣言がされず、中途半端な夏となっています。

晴天の日の暑さは、じりじりと体が焼かれるような痛みさえ感じられますね(˘˘。)

三光保育園、三光幼稚園の子ども達は、朝の時間と夕方の時間、待ってましたとばかりに運動場へ駆け出して行きます。蝉や蝶々を、虫網を持って追いかけて、蝉に逃げられて悔しい思いをしたり、うまく捕獲できた時、蝉を網から外し虫かごに入れる時の笑顔は輝いています。夏休み中は、縦割りでも活動することも多く、あこがれの年長さんと一緒に行動することによって、年少さん達もさらに興味や関心が広がっています。

もうすぐお盆休み等も入り、親せきやご両親の実家に出かけることも多いことでしょうね。夏ならではの体験をして、親も子も一回り大きくなってください。

「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5回目の8月は、

日 時：8月20日(木)10:00～12:00

8月21日(金)10:00～12:00

内 容：わらべうた遊びを楽しむ

持ってくるもの：コップ(子ども用)

場 所：さんこう・ぽぽら



※駐車場は三光保育園からお入り下さい。事前のお申し込みが必要です。

※3日(月)9:30より受付(平日9:30～17:00まで)いずれの日も先着16組の親子

「フリーデー」にもどうぞ！

日 時：8月17日(月)・8月18日(火)10:00～12:00

お好きな時間にお出かけ下さい。

場 所：さんこう・ぽぽら

子育て便り

「子どもを理解する」とはどういうことか

西九州大学 子ども学部  
心理カウンセリング学科 教授 池田 久剛

子どもの困った言動、についての関わりを尋ねられることが少なくありません。その中でごく一部ではありますが、「理屈はよいので、具体的にどう関わったら、どうしたらよいのだ？」と、問われている気分になり、大変困ることがあります。それに応えるためにも、その子どもについて良く理解したいと思い、色々質問するのですが、案外、「それはわかりません」と、そういうときに限って、こちらが知りたい情報が得られないことがあります。PCやテレビ、自動車を動かすのなら、難しいメカニズムや理屈はよいので、実際にどう操作したらよいのか、教えて欲しい、というのはわかります。しかし相手が、生身の人間の場合は、話が違います。どう関わるかを考えるためには、まず、相手のことを知らなければ、始まりません。例えそれが家族であっても、相手のことをわかっているつもり、になってしまうことも少なくないのかもしれないかもしれません。改めて問いかけると、「さあ、考えたこともありません」という顔をされることもあります。

あるドキュメンタリー番組で、物書きをしているお父さんが、仕事上のアイデアを書き留める創作ノートに、自閉症の息子が落書きをする、というエピソードがありました。このお父さんは、息子がなんでそんないたずらをするのか見当もつかず困っていたようですが、自閉症のことを学ぶ中で、「息子は、私がノートにむかって色々書き込んでいるのを見て、『ぼくもお父さんのように仕事をしなくっちゃ』と思い、私のマネをしてノートに、彼なりの『仕事（＝落書き）』をしていたのではないか」という理解に至ると、それ以上息子を叱る気持ちにならなくなった、と語っていました。

私たちにとって、本当に何かを理解するとは、こういうことなのではないでしょうか。つまり、何かを理解する前と、後とでは、その現象に対する「見え方」が、まるで違ってくるのです。逆に言えば、このように「見え方」が変化しないうちは、本当には理解が深まっているとは言えない、ということなのかもしれません。子どもの言動に困ってしまったら、一度改めて、しっかりとその子を理解し直してみたいものです。そうすると、同じ出来事でも全く違った見え方がしてくるかもしれません。

食育便り



「熱中症に気を付けよう！」

健康栄養学科 助教 児島百合子

佐賀県の熱中症による救急搬送者は今年の7月6日～7月12日の1週間で68名でした。これは、昨年の同時期の23名に比べ約3倍となっています。平成22年から平成26年の6月から9月の4か月間では、毎年約4万人から6万人の人が熱中症で救急搬送されています。

熱中症の症状

高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことです。主な症状には下記の4つの症状のほかに高体温などがあります。

熱失神・・・脳への血流が瞬間的に不十分になり、めまいや失神など「立ちくらみ」の症状がみられる。

熱けいれん・・・発汗により塩分(ナトリウムなど)の欠乏により、筋肉が痙攣をおこす「こむら返り」の症状がみられる。

熱疲労・・・頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感などの症状がみられ、「いつもと様子が違う」程度のごく軽い意識障害がみられることもある。

熱射病・・・意識障害、全身のけいれん、手足の運動障害(まっすぐ歩けない、走れない)などがみられる。

熱中症にならないために

熱中症にならないためには、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

【水分補給】のどの渇きを感じる前に水分をこまめに摂ることが大切です。特に水分が不足しやすい状況で摂ることが重要とされています。

- ◇ 就寝前後
- ◇ スポーツの前後や途中
- ◇ 入浴の前後
- ◇ 飲酒中あるいはその後

\*糖分や塩分の濃度が高い飲み物は、水分の吸収に時間がかかり、アルコールや多量のカフェインを含む飲み物は尿量を増やし体内の水分を排泄してしまうので、水分補給としての飲み物には向きません。



【暑さを避ける】扇風機やエアコンを適度に使用し、熱中症になりにくい室内環境を整えたり、体調に合わせて通気性の良い、吸湿・速乾の衣服を着用したり、外出時は日傘や帽子、日陰の利用やこまめな休憩をとることが大切です。地面に近いほど気温が高いため、同じ場所でも大人が感じるより子どもは2～3度ほど温度が高くなっています。子どもと一緒に外出するときは注意が必要です。

日ごろから、体調の変化を気にかけて、楽しくこの夏を過ごしましょう。