

# 園だより 12月

自分の思いを表現できる子供を育てる（2年次）



令和2年11月30日  
常陸太田市立幸久幼稚園 0294-72-7006 園児数48名

ひまわり組が作ったステンドグラス  
です。職員室の窓に飾りました！

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じる頃ですが、園児たちは元気一杯に体を動かしながら活動を楽しんでいます。

さて、過日の親子レクリエーション「鯨が丘ウォーキング」では、大変お世話になりました。親子で手をつないで歩きながら、自分たちの住んでいる街の新たな発見ができて、楽しい時間となったようです。これを機に親子で、鯨が丘商店街へ足を運んでみてはいかがでしょうか。

2学期も残りわずかとなりましたが、感染症対策をしっかりと行いながら、園児たちにとって必要な経験を重ねていけるよう支援していきます。



たんぼぼ組の女の子たちが衣装を作ってくれたお礼に園長先生の似顔絵を描きました。職員室に飾ってあります。

「園長先生、発表会の衣装を作ってくれてありがとうございます」



最近、便秘で苦しんでいる園児が多くなってきています。そこで今回は、『子育てサプリメント』をお休みして排泄についての話を載せます。

～家庭教育とは「排泄編」～

「排泄」のお話です。スムーズな排泄をするためには体を動かすことが大切です。朝でも夜でも本人にとってよい時間にトイレに行くことがポイントです。この時、保護者の皆さんは慌てさせたり急がせたり時間を気にさせるようなことは言わず、排泄のリズムを作ることに意識を注ぐとスムーズな排泄につながります。なかには便秘のお子さんもいると思いますのでどうすれば改善できるか、お伝えします。便秘のお子さんのお腹の中には宿便（長く留まっている排せつ物）があり、身体を動かすと便が動き、そのためにお腹が痛くなる体験を何回もするお子さんがいます。そのようなお子は体を動かすとお腹が痛くなるので、体を動かすことをさけてしまうこともありますので、保護者の皆さんから、体を動かすことがスムーズな排泄につながることを教えていただきたいと思います。それだけでは難しい場合は寝る前にコップ一杯の水を飲ませてください。宿便は水分が蒸発していて乾いた状態ですので水分を取ることでよりスムーズに排泄することにつながります。また朝起きてからうがいをし口の中をキレイにしてからコップ一杯の水を一気飲みしていただくと胃腸に刺激を与え排泄につながることもあります。一気飲みが難しい場合は無理をしないで飲んでいただいても効果が期待できます。それでも改善されないときは、医療機関を受診されて便秘の状態を相談してみてください。まれに病気が隠れていることもありますので、長くしつこい便秘や繰り返し続く場合は一度診ていただくことは大切だと思います。

「参考：家庭教育ブックひよこ 実践プログラム集」

## 12月の教育目標

《3歳児：すみれ組》

◎様々な活動に興味をもち、自分なりの表現を楽しむ。

《4歳児：たんぼぼ組》

◎自分なりの目的をもち、友達と試したり、工夫したりして遊ぶことを楽しむ。

《5歳児：ひまわり組》

◎自分なりの課題をもって繰り返し挑戦したり、共通の目的に向かって友達と一緒に取り組んだりする。