

年主題	ともに	月主題	だいじょうぶ…すみれ 神さまに愛されて …ひつじ・ほし
聖 書	あなたがたは神に愛されている子どもです。 (新約聖書エフェソの信徒への手紙 5 章 1 節)		
月の ねがい 3 歳児 (すみれ)	・新しい出会いの中で、進級児も新入園児も保育者と一緒に賛美や祈りを通して神さまの愛に包まれている雰囲気を感じる。 ・まわりの様子をみたり、好きな人や場所を見つけたり、くり返し遊ぶことで安心して過ごす。 ・身近な花や草、虫を保育者と一緒にみつけ、春の訪れを感じる。		
月の ねがい 4・5 歳児 (ひつじ ・ほし)	・お祈りや賛美歌、聖書のお話、そして保育者のまなざしやことばの中に、神さまに愛されているという安心を覚える。 ・これまでの体験や関りに重ねて、遊びの続きや友だちとの交わりを喜ぶ。 ・春の自然の美しさやおもしろさを感じて過ごす。		

(ママやパパたちへ) 4月の育ちのころ…ほめて育てよう！

2025年度が始まりました。思いも新たに、子どもとの日々を歩みはじめましょう。
その「始まりの4月」には、何よりもまず「ほめて育てよう！」で毎日をすごしましょう。

私たちの体内には、「2種類の幸せホルモン」が存在するといわれます。

それは、『セロトニン』と『オキシトシン』。

『セロトニン』は「自律神経を整えたり不眠症を軽減したりする役割」を果たし、セロトニンの分泌量の減少がうつ病にも影響をするそうです。『オキシトシン』は「ストレスを緩和したり感染症を予防したりする役割」をもち、他人への恐れを減らし信頼や愛情を高める働きをするそうです。

『セロトニンの分泌を増やす』には、「起床時に朝日を浴び、朝と夕に30分づつのウォーキング、1日5回腹式呼吸、湯船にゆっくりつかる」が有効で、『オキシトシンの分泌を増やす』には、家族のだんらんやパートナーとのコミュニケーション、ペットとのスキンシップ、感動的な映画や本を読んだり見たり』が有効とのこと。これは子育てだけでなく、大人にも参考になりますね。

脳が爆発的に育つ乳幼児期には、「2種類の幸せホルモン」の『セロトニン』と『オキシトシン』の分泌を活発にさせることが重要ということです。

だから、「早寝、早起き、朝ごはん。ゲームやテレビ漬けにしない」が、必要なんです。

そんな脳の活性化にあたって、もう一つの大切なこと。それが、「ほめる」ことです。

「ほめられる」と、脳が動き出します。脳が動き出すと、身体が活発に動き出します。

だって、『ほめられたら、嬉しい！』のですから。

反対に、叱られてばかりいると、脳は動きません。脳が動かないから、身体の動きは縮小します。

だからね、「まずほめよう」で子育てをはじめましょう。

あなたのことが大好き。あなたといると楽しい。あなたがいてくれるだけで幸せ。

あなたは私たちの宝物。大好きだよ。ママとパパのところに生まれてくれてありがとう。

ほめることばは何でも構いません。無理やりでも構いません。「とにかく、ほめる」のです。

『1日1回は、ほめる！』を、この4月にはぜひお願いします。

(園長：飯塚拓也)

4月の予定				16	水		午前保育
1	火	春季休園日		17	木		午前保育
2	水			18	金		午前保育
3	木			19	土		
4	金			20	日	休園日	
5	土			21	月	礼拝	午前保育
6	日	休園日		22	火	平常保育開始日	[給 食]
7	月			23	水	音楽の日	[お弁当]
8	火	2025年度進級礼拝	午前保育	24	木	4月誕生日礼拝	[給 食]
9	水		午前保育	25	金	イースター礼拝・クッキング	[給 食]
10	木	2025年度入園礼拝	午前保育	26	土		
11	金		午前保育	27	日	休園日	
12	土			28	月	積み木であそぼう！ (講師:笠井さん来園)	[給 食]
13	日	休園日		29	火	昭和の日 休園日	
14	月		午前保育	30	水	音楽の日	[お弁当]
15	火		午前保育				

5月の主な行事です

- 9日(金)5月誕生日礼拝
- 14日(水)午前保育日
- 15日(木)いも苗植え
- 19日(月)積み木で遊ぼう！笠井さん来園
- 21日(水)ようちえんめぐり
(園周辺を親子で散歩)
- 24日(土)父母の会総会
みんなのスマイルが集まる日
- 26日(月)みんなのスマイルが集まる日代休日
* 預かり保育あり
- * 21日と24日の詳細は後日お知らせしますが、お昼をはさんでの行事とする予定です。