園だより

2021 年 12 月

園長の挨拶

早いもので今年も残すところあと 1 ヶ月となりました。先日はクリスマスのオーナメントを作りました。子どもたちみんなでツリーに飾りつけをしながら、サンタさんが来てくれるのをとても楽しみにしています。
今年もコロナ禍で世界中が苦しみました。しかしながら、皆様の協力のおかげで大きな事故もなく、何より子ども達が元気に 1 年を過ごせたことを心から感謝致します。

保護者の皆さまには、日々のご家庭での保育について感謝とねぎらいの思いを込めて、世界保健機関（WHO）がコロナ禍において子どもの心を守るために全世界の保護者向けに出したアドバイスの中で、私が素敵だなと感じた内容をご紹介させていただきます。

『焦らずにストレスマネジメント』
今はとてもストレスが溜まりやすい時期です。子どものサポートができるように、まずは自分を大事にしましょう。あなたは独りではありません。世界中の人が私達と同じように恐怖を感じています。心の内を話せる相手を見つけましょう。しっかりと話を聞きましょう。パニックになってしまうようなら SNS も避けましょう。休憩も取りましょう。人は誰しも時には休憩が必要です。子どもが寝たら楽しいことやリラックスできることをしましょう。
あなた自身が好きな、健康的なアクティビティをリストにしてみましょう。
子どもの話を聞きましょう。子どもの話をしっかりと聞きましょう。
子どもはあなたのサポートと安心を求めています。子どもが自分の気持ちをあなたに共有しようとしているときはしっかりと話を聞きましょう。
子どもの考えを受け止め、励ましてあげましょう。

給食室より

12 月 22 日は…冬至

冬至とは、一年のうちで最も昼の時間が短い日のことを言い、柚子湯に入り、かぼちゃを食べると風邪を引かないと言われています。その日に「ん」が付くものを食べると「運」を呼び込むと言う言い伝えがあり、かぼちゃ「なんきん」を食べる風習があります。また野菜が少ない冬、保存がきくかぼちゃを食べて栄養を補った古来の知恵でもあります。柚子湯に入るのは柚子の強い香りで邪気を払うとされ、柚子の成分は血行を促進し、身体を芯から温める効果があります。是非ともお子様と冬至の話をしながら一緒に柚子湯に浸かってはいかがでしょうか★

◎ 今月の予定 ◎

1　日（　水　）　身体測定
17　日（　金　）　避難訓練
24　日（　金　）　クリスマス会

◎ 英会話レッスン ◎

2 日（木）、7 日、14 日、21 日
※2 週目以降、毎週火曜日になります。

☆年末年始の休園のお知らせ☆

12 月 29 日（水）~1 月 3 日（月）

TAC かわばた保育園
KAWABATA NURSERY SCHOOL
福岡市博多区上川端町 5-112
TEL092-261-3111