

みみちゃん通信 NO.8 岐聖大ふぞく幼稚園 発行

秋の深まりと共に朝夕の肌寒さが増してきました。一日のうちの寒暖差が激しいと、風邪もひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて丈夫な体づくりに心がけましょう。

だいじょうぶ？鼻水と鼻づまり

鼻水や鼻づまりをほおっておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、他の病気の原因になることもあります。鼻水・鼻づまりが気になったら、早めに病院を受診しましょう。鼻水が出たらふく、鼻がつまったらかむ、という生活習慣が身につくよう繰り返し伝えていきましょう。

2、3歳になったら鼻のかみ方を練習しましょう

- ① ティッシュを鼻にあてて
- ② お口を閉じて
- ③ 片方の鼻は指で上から押してふさいで
- ④ 勢いよく息を鼻から出します



鼻のかみ方を教えるコツ

- ① ローソクを消すように口でふーっと息を吐くことを教えます。
- ② 空気が出ることを覚えたら口を閉じてふーっとします。
- ③ テーブルの上に小さくちぎったティッシュを数個置き、片方の鼻を押さえ、押さえしていない方の鼻の鼻息で飛ばしたり、小さく丸めたティッシュを片方の鼻に入れて、反対の鼻を押さえ、飛ばしたり、親子で遊びながら鼻のかみ方を覚えましょう。

七・五・三 ってなあに？

毎年、幼稚園でもこの時期になると千歳袋を子ども達が工夫を凝らして作り、飴を入れて持ち帰っています。七・五・三とは、男の子が3歳と5歳、女の子は3歳と7歳の年の11月15日に、成長を祝って神社・寺などに詣でる年中行事です。本来は数え年ですが、現在は満年齢で行われる場合が多くなっているようです。地方によっては風習も異なるようですが、子どもの成長を感謝し、今後の幸せと健康を祈る家族の思いは同じです。千歳あめが紅白で細長いのもわが子の長寿を願う気持ちが込められているのだそうです。



成長の節目に家族でお祝いし、みんなが笑顔で楽しい時間をもつことは、子どもにとって大切な経験になりますね。

来年の春に向けて…

先日、全園児が一人1個ずつ園庭のプランターにチューリップの球根を植えました。初めて経験する年少さんは球根を「玉ねぎみたい」と表現したり、皮をむこうとしたり…先生にとがっている方を上にして土の中に深く植えることや、上から優しく土をかけることを教えてもらいました。寒い冬の間、土の中でエネルギーを蓄え、暖かい春になったらかわいい芽が出ることを楽しみに観察を続けていきたいと思います。



園生活もあと5か月となった年長さんは、一人2株づつ、パンジーの苗をプランターに植えました。卒園式の会場に飾れるよう、ベランダに並べてこれからお世話を続けていく予定です。