10月園だより

２０１８年度　年主題〈イエスさまとともに生きる～愛の交わりの中で〉

1･2歳児１０月主題「のびやかに」

月のねがい

◎保育者や友だちと共にさんびかを歌う
◎全身を使った遊びを楽しむ
◎散歩に出て風や香りを感じて自然にふれる

3･4･5歳児１０月主題　「取りくむ」

月のねがい

◎神さまのくださっている力を合わせて共に過ごす
◎いろいろな遊びの中で、身体をたくさん使う心地よさも味わう
◎遊びに熱中し、くり返し取りくむことが楽しくなる

今月の聖句

わたしはぶどうの木あなた方はその枝である。

ヨハネ福音書15章5節

ぶどうは根、幹、枝を持つ実を結ぶ植物です。根と幹はぶどうの木の本体です。実は根、幹からいのちと栄養を受け、成長して実を結びます。

今月の言葉はイエス様につながっていることによって人間として、神にも人にも喜ばれる実を結ぶと教えます。表記の言葉の前節4節では、「わたし（イエスさまのこと）につながっていなさい。わたしもあなたがたにつながっている。ぶどうの枝が木につながっていなければ、自分では実を結ぶことができないように、あなたがたもわたしにつながっていなければ実を結ぶことができない。」とあります。つながるとは教えを聞き、従う生活をすることです。

イエスにつながっていればどんな実をむすぶのでしょうか。パウロという1世紀の伝道者が以下のように教えています。「肉の業は姦淫、わいせつ、好色、敵意、争い、そねみ、怒り、利己心、不和、仲間争い、ねたみ、泥酔、酒宴のたぐい。これらを行う者は神の国を受け継ぐことはできません。（天国にはいけないということです）これに対して、キリストにつながっている人は霊の実を結びます。すなわち、愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、誠実、柔和、節制です。」人は皆、肉の実を離れ霊の実を結びたいものです。そのために神の助けが必要です。

牧師･前理事長　池田公栄

１０月の行事予定

2 日（火）	就学前健診
6 日（土）	第 61 回大運動会
7 日（日）	市民体育祭（５才児）
8 日（月）	運動会予備日
9 日（火）	振替休日（１号）
11 日（木）	いもほり
17 日（水）	秋の遠足（３才以上児）
19 日（金）	おにぎりパーティー
25 日（木）	秋の遠足（0~2 才児）
27 日（土）	誕生会（0･1 才児 8~11 月生）

１１月の行事予定

6 日（火）	誕生会（11･12 月-①生まれ）
8 日（木）	弁当の日
13 日（火）	スープパーティー＆おにぎり弁当日
17 日（土）	入園説明会

耳をすませて探してみよう

～ぼくの、わたしのたからもの～

（ 本年度運動会テーマ）

素敵な宝箱を持っている王様が、その中に入れる特別な宝物を探しに出かけます。町にあるお店屋さんへ行き、楽しいおもちゃや、きれいな時計、キャンディーや宝石･･･。楽しそうできれいなものを見つけても、どうにも心がときめきません。そんなとき、小さな小さなさかなの泣き声に耳を傾けた王様。今にも干上がりそうな水の中で泣いている魚を見つけて、王様は助けてあげるのです。その時、偶然にも水に浮かぶやさしい星の光を見つけ、王様の心の中はあたたかくなってきました。宝箱の中は空っぽでしたが、やさしい気持ちに満たされ、お城に帰っていくというお話です。

心の声に耳を傾けてみたときに、わたしたちは大きく光る宝物を感じることができるでしょうか。砂場で遊んでいる時、お散歩している時、みんなでかけっこしている時･･･。その時々に子どもたちの目は輝き、胸をときめかせています。楽しい経験がそれぞれの心の中の宝物になっているのだろうと、こちらまでもが嬉しくなってきます。一つ一つ宝物を心に蓄えながら、日々成長していく子どもたちをわたしたちは応援していきたいものです。いや、一緒に生活させてもらっているわたしたちの方が、子どもたちに宝物をたくさんもらっているのだと思います。今年は運動会の野外劇で、”王様の宝物”を表現します。どうぞ、お楽しみに！！

園　長

さわやかな季節の中で　～感性を育む時～

いよいよ週末は運動会。天候には無力と分かりつつ、やはり気に病んでしまいます。特に今年は、大きく強力な台風が矢継ぎ早に通り過ぎていきました。そして、またまた近づいてきているようですが、何とか直撃を免れて、雨天でも体育館で実施できればと願っています。どうぞお祈りください。

貴乃花親方がついに退職（廃業）されるとか。世間の耳目を集める話題には事欠かない人物ですが、さすがに、「最後はこうなるしかないのか」と私的には残念に思うことでした。様々な理由や経緯があっての最終決断でしょうから仕方が無いのかもしれませんね。ただ、彼が部屋を興した目的は何だったのでしょうか。若い弟子を指導し、立派な力士に育て上げることではなかったのか。結局職を無くし、何よりも大切な、愛すべき弟子たちも手放すことになったわけです。そこである寓話を一つ。

『あるところにらくだを飼っている男がいた。ある時、瓶の中に穀物を入れてらくだに与えていたら、頭を突っ込んで食べていたので抜けなくなってしまった。男が困り果てていたところに一人の老人が近づいてきた。「心配することはない。私の言うとおりにすれば必ずらくだの頭は出るぞ。まずらくだの頭を切りなさい。」言われるまま男はそうした。「次に瓶を壊しなさい。」男は瓶をたたいて壊し、らくだの頭を取り出した。』

乳幼児期の子どもたちにとって、運動会やおゆうぎ会などの大きな行事は、一体的な発達を促す有意義な体験であると言えます。あそびを展開する過程で、心身全体を働かせて活動するので、あらゆる発達に必要な経験が、互いに重なり合い積み重なっていきます。三月に改訂された「幼保連携型認定こども園教育・保育要領」の総則には、初めて「幼児期の終わりまでに育ってほしい姿」が示されました。この具体的な姿の前に、「こども園において育みたい資質・能力」として、「知識及び技能の基礎」「思考力、判断力、表現力等の基礎」「学びに向かう力、人間性等」も示されています。豊かな体験を通じて、子どもたちが自ら感じ、気付き、できるようになる基礎。それらを通して考え、試し、工夫し、表現したりすること。また、心情、意欲、態度が育っていくこと。これらを個別に指導するのではなく、あそびを通した中で一体的に育んでいくことが肝要です。

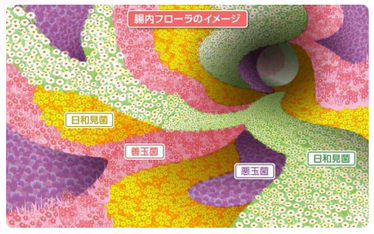
生き生きとして新鮮な子どもの感性（センス・オブ・ワンダー）は、「感じる」心や経験を通して、「知る」ことよりもはるかに大切で、幼児期はこの情緒や感受性を育む時なのだと、レイチェル・カーソンは確信を持って語っています。子どもたちがもっとも活発な活動を展開する実りの時期です。ゆっくりと周囲の自然を観察しながら落ち着いた時間を満喫したいと思います。芋掘り、遠足、すもう大会など屋外での活動を通して、いのちはずむ時となることでしょう。

学園長

心と体に優しい生き方

方法①　食事（腸内フローラ）

～私は私が食べたものでできている～

８０年代から「腸は第二の脳」と言われるようになりました。腸には無数の脳細胞があり、消化吸収を独自で判断し対応する神経も多く存在していること、鎮静ホルモンセロトニンの９５％が腸にあることなどが発見されたためです。そのため、わたしたちが持つ感情の信号は腸から脳に送られていると考えられています。「腸内フローラ」という言葉もよく聞かれるようになりました。顕微鏡で腸の中を覗くと、腸内細菌がまるで植物が群生している「お花畑」のように見えるそうです。腸内細菌は善玉菌、悪玉菌、日和見菌と大きく３つに分かれ、２：１：７という割合が望ましい腸内環境なのだそうです。昔の日本人は腸のことを「腹」と言い、「腹をわって話す」「腹を据える」「断腸の思い」など”腸で考えて腸が決める”ことを知っていました。また腸内細菌のことを「ムシ」と呼び、悪玉菌が増えると「腹のムシがおさまらなくなり」「ムシの居所が悪くなり」「かんのムシが騒ぎ」ます。一方、善玉菌が優勢であると「ムシのしらせ」つまり直観が冴え、目に見えない大事な情報をキャッチすることができるそうです。良いムシ善玉菌を腸内に養っていれば子どもの気持ちは安定し、幸福感や喜びの感情をもつことができます（セロトニン効果）。一方、悪玉菌というムシが暴れると怒りっぽくなり攻撃性が増してしまいます。大人も同様で、些細なことが気になってわだかまりが大きくなるようなときには悪玉菌を増やしてしまう肉類、乳製品などの動物性たんぱく質や脂肪は控えめにし、日本人の DNA に合った米（玄米）とみそ汁と漬物（発酵食品）大地のエネルギー満載の根菜類等、腸が喜ぶ食事にしてセロトニンをより分泌させ、喜びへと変換させましょう。

木口屋（心理士）