



園だより



2018. 4. 26発行

きくが丘保育園

新しい環境に戸惑っている大人たちをよそに、子どもたちはすぐに順応し、いきいきと毎日をお過ごしているようです。連休で生活リズムが変わったりして体調を崩しやすい時季でもあります。お子さんの体調の変化を見逃さず、保育園とご家庭とで連絡を取り合いながら、体調管理をしていきたいと思います。

今月の目標は「讚嘆」です。生活の中によるこびを見つけ、感謝する心を育てます。

●今月の目標●

讚嘆（さんだん） —たたえます—

「セルフトーク」と「自己イメージ」

セルフトークという言葉聞いた事がありますか？

セルフトークとは、声に出す、出さないにかかわらず、脳内で想起する言葉の事を言います。そして、人が1日に行うセルフトークは、なんと5万語にもものぼると言われています。

そんなセルフトークですが、人は同じセルフトークを繰り返す事でそのセルフトークに見合った自己イメージを形成していきます。

ポジティブなセルフトークを繰り返せばポジティブな自己イメージを形成していきますし、ネガティブなセルフトークを繰り返せばネガティブな自己イメージを形成します。

ちなみに、普段お子さんにどの様な話しかけをしていますか？

もし、「グズグズするな！」とか「ほんと運動音痴ね。」という言葉をかけて、お子さんがそれを受け入れてしまったら、本当にその様な自己イメージを形成する事になります。

ですからセルフトークのコントロールは非常に重要なのです。

ちなみに今年4月からきりん組やぱんだ組を対象に、新たな試みとして「アスリート・キッズ・プログラム」と称し、前述の視点から、否定語を一切使わず、運動によって成功体験を積み重ねながら徹底的にポジティブな言葉を投げかける取り組みを行っています。

活動中は「凄いよ！素晴らしい！」「とっても上手だね！」と褒めちぎるのです。そして「自分はなんでも出来る！」「何にでもなれる！」という自己イメージを形成していくのです。

是非、ご家庭でもポジティブな会話をすることを心がけて頂ければと思います。

(このコラムは、大西孝昌先生の文章をもとに構成しています。)

5月23日(水) 保育園の嘱託医・おかざきこどもクリニックの岡崎先生が園に来て、健康診断を行う予定です。

お休みのないようにご協力お願いします。

環境の変化が起こりやすい季節だからこそ、早寝早起きや3食食べるなどの規則正しい生活とうがいや手洗いに心がけましょう。

5月の行事予定

1	火	
2	水	
3	木	憲法記念日
4	金	みどりの日
5	土	こどもの日
6	日	
7	月	
8	火	
9	水	音楽リズム教室
10	木	
11	金	サッカー教室
12	土	歓迎遠足
13	日	母の日
14	月	スイミング教室
15	火	
16	水	絵画教室
17	木	
18	金	
19	土	英語体験
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	お誕生会・園児健康診断
24	木	
25	金	サッカー教室 ・シルエット劇観劇
26	土	
27	日	
28	月	スイミング教室
29	火	
30	水	絵画教室
31	木	クッキング