



園だより



2018.5.28 発行
きくが丘保育園

うっとり梅雨の季節になります。大人には嫌な気候ですが、時には傘をさして雨の日の散歩を試みたり、雨上がりの園庭で虫探しをしたりと、お天気の変化を体で感じたいと思います。

今月の目標は「歓喜」です。太陽や雨の恵みを受けて、植物がぐんぐん伸びる季節です。植物や私たち動物もその恵みをうけていることを知り、感謝します。

●今月の目標●

歓喜（かんぎ） —強くのびます—

『コンフォートゾーン』について知っておこう！

『コンフォートゾーン』という言葉聞いた事がありますか。

これは、心理学用語で『居心地の良い空間』の事を言います。例えば、髪を切りに行く時に毎回同じ髪型にするのは、その髪型でいる事がコンフォートゾーンだからです。また、仲の良い人といつも一緒にいるのも、その人間関係がコンフォートゾーンだからです。人間の無意識はコンフォートゾーンの中にいる時に1番リラックスが出来るため、ここから外れる事を嫌います。

同様に、普段から沢山褒められている子、成功体験を積んだ子は、その様な状態がコンフォートゾーンとなりますし、叱られて失敗体験ばかりを積んでいる子は、その様な状態がコンフォートゾーンとなります。

だからこそ「アスリート・キッズ・プログラム」ではこれでもかというほど成功体験を積み、褒める事を行うのです。「自分はやれば出来る！」という自己肯定感を上げ、そこをコンフォートゾーンにしているのです。もし、上手くいかず、いじけてしまった時は「○○ちゃんらしくないね」と声をかけ、“自己肯定感の低い自分”がコンフォートゾーンにならない様にしています。

コンフォートゾーンがどこに設定されるかによって、その子の人生に大きな差が生まれますから、是非ともご家庭でも沢山褒める様にしてあげてください。

(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。)

6月は「食育月間」です。

当園の食育目標・テーマは感謝の言葉「いただきます」「ごちそうさま」。食を通して感謝の気持ちを育てることを目標として、毎月親子クッキングや19日の「食育の日」には管理栄養士が各クラスを回り、食に関する話をする等、年間を取り組んでいます。

今年度の食育講座として、「幼児期からの生活習慣病予防（小児肥満予防）教室」の開催も計画しています。実施日時等については、今後のお知らせ等でご確認いただき、ぜひご参加ください。

6月の行事予定

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	スイミング教室   
5	火	
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	音楽リズム教室   
12	火	
13	水	絵画教室 
14	木	お誕生会
15	金	サッカー教室 
16	土	英語体験 
17	日	父の日
18	月	スイミング教室   
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	カレークッキング  
27	水	絵画教室 
28	木	
29	金	サッカー教室  
30	土	