


| | | |
|---|----------------|--|
|  | <h1>ちゅうぶこ</h1> | <p>R 6. 3.11 発行 発行者 中部幼稚園 園長 高橋 均</p> |
|---|----------------|--|

この一年間、大変お世話になり
 ありがとうございました。

As crianças se divertem mesmo neste frio

月日の経つのは早いもので、令和5年度も後半月ほどで終わろうとしています。今年度を振り返ってみると、5月には新型コロナウイルス感染症が5類に移行となり、久しぶりに幼稚園にも日常がもどってきました。おかげで、外へ出かける行事や交流活動など、予定通り実施することができ、喜んでいきます。特に運動会では人数制限をなくしたことで、



< 21名の卒園生 >

おじいさんやおばあさんにもお孫さんの活躍される様子をご覧いただくことができました。また、地区民体育大会にも年長の子供たちが参加し、かわいいダンスを披露して地域の皆さんに元気をお届けすることができました。多くの人に見てもらったり、喜んでもらう経験が子供たちに自信や意欲をもたらし、大きな成長へとつながっていると感じています。

このように実り多い一年にすることができたのも、いつも温かく支えてくださった保護者、ご家族、地域の皆様のおかげです。本当にありがとうございました。

さて、いよいよ今年度も大詰めを迎え、年長すみれ組の21名の子供たちが14日に卒園の日を迎えます。また、22日には修了式があり、年少いちご組と年中りんご組の子供たちも進級していきます。中部幼稚園で一緒に過ごした思い出を大切にして、それぞれが希望をもって新しい一歩を踏み出していけるよう、願っています。

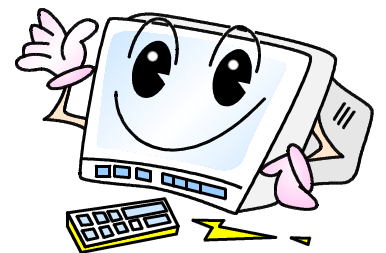
メディアと上手につきあおう!

A criança que dorme bem cresce bem. Criar bons hábitos de sono.

12月に保護者の方を対象に実施した学校評価のアンケートの項目の中に、『テレビやビデオの視聴、ゲーム機、スマートホン等で遊ぶ時間を決めている。』がありました。その結果を見ると、「そうしている」と「だいたいそうしている」の肯定的回答が約6割、「あまりしていない」という否定的な回答が約4割でした。否定的な回答が昨年の約3割から増えており、心配しています。視聴時間も平日が2～3時間、休日は4～5時間というご家庭もあり、幼稚園の子供にとってはかなり長いのが気になります。

一日の時間は限られていますので、メディアの接触時間が増えれば、その分睡眠時間や体を動かして遊ぶ時間が減ってしまい、心身の健康に悪い影響が出てきます。具体的には

- ・イライラして感情のコントロールが効きにくくなる。
- ・ちょっとしたことでキレやすくなり、攻撃的になる。
- ・依存するようになり、やめられなくなる。
- ・近視など目の障害が出やすくなる。
- ・免疫力が低下し、病気にかかりやすくなる。
- ・筋肉や骨などの発育が遅れがちになる。
- ・ぼーとして集中できにくくなる。



などが指摘されています。特に、まだ小さい幼稚園の子供たちにとっては、大人以上に深刻な影響が出ると考えられます。

そこで、家庭でのルール作りが重要になります。例えば

- 平日は30分～1時間までにする。
- 寝る2時間前には見ない。
- ゲームや動画は、おうちの人に言ってから使う。
- ルールを破ったら、3日間使用禁止にする。

などが考えられます。ご家庭によって事情があろうかと思しますので、子供さんとよく話し合っ「我が家のルール」を決め、取り組んでいただくと喜ぶます。もちろん幼稚園でも「メディアと上手につきあうウィーク」など、引き続き指導・助言を行っていきますので、お子さんの健全な成長のため、一緒に取り組んでいきましょう。

