

2023年12月号  
2024年1月号

# きしゃぽっぽ

毎週火曜日 9:30~11:00 まつのき保育園 2F

## そと遊びはいいこといっぱい！～太陽の光は目にもいい～

寒くなってきましたが、お子さんと外遊びをしていますか？まつのき保育園では、「森」とみんなで呼んでいる、草木に触れられる子どもたちのお気に入りの場所があります。黒い実を取っては、「コーヒーつくるの♪」と2歳の子。話を聞くと、「パパがコーヒー作ったの。」なるほど、コーヒー豆に見立てていたんですね。その次には、ミミズを発見しました。保育者が棒で捕まえようとする、勢いよく、くねくね動くミミズを見て、「たいそうしてるみたい！」ですって。外遊びは子どもの感性がさらに磨きをかけて大人を楽しませてくれます。

世界的に近視が爆発的に増えている要因は、スマホなどを見る時間の増加と外遊びの時間の減少が考えられるそうです。近年の研究では、太陽の光を一定時間浴びることが近視の抑制に効果があることが明らかになりました。日陰でも光が充分目に入るので、木陰で過ごすのも効果があるそうです。浜松のからっかぜに負けず、親子で外遊びを楽しんで下さい。

2023年10月18日付 中日新聞参考

12月5日(火)	1月9日(火)
12月12日(火)	1月16日(火)
12月19日(火) ☆テーマ 「寝る子は育つ、 その意味」	1月23日(火) ☆テーマ「模倣する力を育てよう」
10月26日(火)	1月30日(火)

### ぽっぽコース事前予約制

12月23日(土)・1月20日(土)

対象 1歳6か月健診で要観察の子、  
育てにくさのあるお子さん

### ♪うえからしたから♪(布遊び)

うえから したから おおかせこーい  
こーい こーい こーい

### ♪こどもかぜのこ♪(しぐさ遊び)

こーども かぜのこ じじばば ひのこ  
こーども かぜのこ じじばば ひのこ

### ♪たきび♪

かきねのかきねのまがりかど  
たきびだ たきびだ おちばたき  
あたろうか あたろうよ  
きたかせ ぴーぷー ふうている

子どもはお母さんやお父さんに歌ってもらうのが大好きです。子どもの頃に聴いた歌をたくさん歌ってあげましょう。人の話を聴く力に繋がります。

☎ 053-488-6166

✉ matsunoki\_mori@beach.ocn.ne.jp

fax 053-455-2333

HP : <https://minnanomori.jp/hiroba>



子育て相談受け付けています。