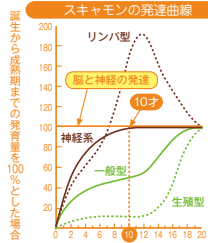


長崎ほいぐだより

発行：一般社団法人 長崎県保育協会 長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター 3F TEL.095-846-8871

No. 246
2017.9

発行人 西山 義文
編集人 山口 進太郎
購読料 1部 55円



子どもが成長していくなかで、器官や機能は個々別々の発達をしていきます。神経系統は生まれた直後から4、5歳ごろまでに約80%の成長し、12歳ごろには約100%近くになります。

つまり幼児期は多様な運動刺激を与えて、体内に様々な神経回路を複雑に張り巡らせて行くことが大切です。

例えるならば、人間の赤ちゃんは生まれながらに、部品の完備したテレビのようなものです。ただ配線がされてないので新生児のうちは何もできません。それが永い成長期をかけて配線が完成し美しい映像を描くようになります。だからこの時期に一つの種目だけをやらせてもそれだけの配線しかできない。そこで、できるだけ運動の経験を豊かにして、総合的な環境刺激を与えるべきだと考えます。

幼児期の運動は配線のための運動

子どもと遊んでいますか？

子どもを取り巻く環境

遊び場の減少

- 異年齢の子ども集団の減少
- 遊び時間の減少
- 自然体験・集団体験の減少
- 外遊びやスポーツの重要性の軽視
- 睡眠や食生活等の生活環境の乱れ

メディア接触時間の増加

- 外遊びが変わり、テレビゲームを好む現代の子ども達は、動くことが嫌いで次のような症状を訴える子どもがいます。
- 背筋力などの低下
- 前頭葉が発達しない
- 血圧調整などの自律神経の働きに異常
- 基本的な生活習慣の破壊
- ↓ 低体温

子育て家庭の環境と意識の変化

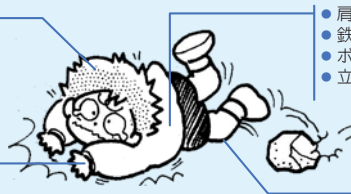
- 核家族の進行
- 家庭教育力やしつけの低下
- 大人の価値観の多様化
- メディア接触時間の増加
- 乳幼児期からの体験の減少

子どもの身体の問題

- 24時間型の社会の到来
- 道徳心、モラルの低下
- 食事やお小遣いによる誘導
- 生活習慣病と肥満
- 筋骨体力の低下

物を立体的に見ることができない子ども達

- 瞬き反射の低下で目にゴミが入る
- 視力の低下
- 立体視野の未発達
- 転んだときに手をつけない
- 靴ひもが結べない



- 肩が上がらない
- 鉄棒にぶらさがれない
- ボールの上手投げができない
- 立体的に物体を捉えられない
- 土踏まずの未完成
- 踵が接地していない
- 真っ直ぐに走れない

- 自立神経系の異常
- 頭痛や原因不明の体調不良
- 免疫力低下によるアレルギーの増加

親子体操のすすめ

子どもと体を使って遊ぶことを億劫がっているいませんか？疲れているから静かにして！と思ってしまういませんか？子どもと一緒に体を動かす時期は長い人生でほんの短い期間だけです。

遊んであげる！のではなく、一緒に楽しみ親もそこから成長できる部分がたくさんあります。子どもにとって、たくさん運動の動きのなかでも、親との心と心のふれあい運動は、生きていく力の大きな土台となります。

愛されている実感をこ



NPO法人
いむらスポーツクラブ
理事 井村 英俊

1966年生まれ
佐世保南高校卒
大学卒業後、いむら体育教室にて統括室長を務め、2017年4月NPO法人いむらスポーツクラブを設立。
長崎県、佐賀県内の幼稚園、保育園と園内体育指導契約を結び幼児体育を指導。
幼児教育施設にて、親子体操、研修会講師や講演なども活動。

ジャンプ遊び



タオルを伸ばして床に置きます。親子で手をつないで前後にジャンプ！左右にジャンプ！

綱引き



①タオルの両端を互いに持って、綱引きを行います。

ソリでお出かけ



タオル・キャッチ



親はタオルを丸めたり、折ったりせずに、上方から落下もしくは投げ上げて、子どもは落ちてくるタオルをキャッチします。



救急車のサイレンに敏感に反応してしまう田舎に住む者です。「右に曲がります」

のアナウンスも聞き逃さず、どこの誰が乗っているか、原因は？その後は？大抵のことは口コミで広がっていく小さな地域近くでサイレンが止まったことになると「誰やったの？ちやうどね」とそわそわし始める保育所職員たち。大事件発生です！▼先日、我が家に急な病を得た家族があり、119番通報をしました。早朝だったにもかかわらず、早速サイレンを聞きつけた近所の住人が数名、駆けつけてきていました。これでお屋には広まっていたろうな、と確信しつつ車上的の人に、救急車のサイレンは忙しい朝の渋滞をすり抜ける力も、持っている。道を譲っていただいた方々に感謝、感動しながら運ばれたこと1時間。幸い救急隊と病院スタッフの迅速な対応のおかげで、このときを得ましたが、その日のうちに「大丈夫だった？」と「○には電話したけん」等など：お見舞いの訪問、電話が次々と。その後も「聞いたよ」と多数のお声掛けをいただき、田舎のパワーと人の温かさを実感した出来事となりました。▼他、九州保育三団体研究大会に参加していた私のもとに「退院祝いしたよ」と家族からの報告が。私も遠慮なく、おいしいものをいただきました。担当した分科会のテーマは、地域の子育て支援について、この小さな地域で、多くの見守りを受けて育つ子ども達は幸せだな、と改めて思いました。(M)

長崎ほいくだより

発行：社団法人 長崎県保育協会 長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター 3F TEL.095-846-8871

購読料 一 部 55円

続きは、お買い求めいただきご購読下さい。
お問い合わせは、保育所(園)または長崎県保育協会までお願い致します。

2ページ目以降の内容をご紹介します

■ つれづれ

園長先生等のリレー式コラムです。保育に対する思いや考えなどを文章にしています。

■ 保育のひろば

● 地域との交流

各保育園の近隣の交流状況など画像を添えて紹介します。

● ランチタイム

給食やおやつ、食育等の取り組みを情報提供致します。

● 保育園めぐり

県下の保育園を地区別に順番で紹介しています。

■ すこやかなそだち

保育の専門家が、プロの視点で子育てに関する様々なテーマに基づいて書き下ろす連載コーナーです。

■ 読者のひろば

子育ての思いやエピソードなど地区別の保護者に書いていただくコーナーです。

■ であい

保育士に保育に対する質問を投げかけそれに答えるコーナーです。

■ ZOO夢イン 家族のお出かけスポット情報

編集部一押しの地元のお出かけ情報です。家族向きのお出かけに参考になります。

■ つぶやき

■ わんぱく写真館

子ども達の日頃の保育園における活発な活動の写真を掲載しています。

■ え?!絵本

子ども向けのおすすめ絵本です。わかりやすく解説しています。