



2月といえば節分です。そして、節分の行事と言えば豆まきが多く地域で行われています。節分の豆を年齢の数だけ食べることで、無病息災を願うというの良く知られています。大豆は良質なタンパク質をはじめ、ビタミンやカルシウム、植物繊維などを豊富に含んだ栄養価の高い食品です。この機会に、今年一年の自分やまわりの人の健康を祈りながら楽しく豆まきをし、豆を食べてみてください。そして、風邪を引かない丈夫な体づくりをしましょう。

さて、最近お腹を抱えて笑ったことがありますか？「笑いすぎて腹筋が痛い」なんてことはありましたか？先日ある冊子に「1日5回笑いましょう」と書かれていて興味を惹かれました。おかしくなくても、ワハハと声を出して笑うことで自律神経が「何か面白いことがあったのだな」と感知し、ストレスを減らすのだそうです。また、笑う事で免疫力が高まることは、科学的にも実証されているそうです。漫才を見て思いっきり笑った後の血液を調べると異型細胞やがん細胞に対して強力な破損能力をもったナチュラルキラー細胞の数が上昇していたという結果が得られたそうです。学童では、子供達が安心して過ごし、心も体も健やかに成長できるよう、日々の関わりを大切にしています。その中で「笑い」が子供達の心身の健康にとっても大切であると考えています。笑うことで気持ちが明るくなり、緊張や不安が和らいだり、友達との関係がより良くなったりすることが知られています。学童では、友達との会話や遊び、ちょっとした声かけを通じて、自然と笑顔が生まれるような環境づくりを心がけています。また、うまくいかなかった時や失敗した時も「大丈夫、次がある」と声をかけあい、前向きな気持ちになれるよう支援しています。そうした中で、子供達が自分らしく過ごし、安心して笑える時間を増やしていければと考えています。ご家庭でも是非お子様の楽しかった出来事を聞いてあげて一緒に笑う時間が増えると子供達も保護者の方も皆様も楽しい時間を過ごせると思います。

今年度も残りあと二ヶ月をきりました。一日一日を大切に、今月も寒さに負けずに元気に遊び楽しんで過ごしていきたいと思っております。

学童主幹教諭

松井 知加



皆で協力して文字探しゲーム中！！

冬休みの
思いみ出の



ボールが的に入ると大喜び！



ゲームに勝ったチームからお年玉を選んでいきます。



雪が降って来ると部屋から飛び出して大喜び



4人5脚を楽しんでいます
中々進めなくて大笑い！



キッズフラガ



スーパーでお買い物中！レシートをシャボン玉の中に入っています。集めて楽しんでいました



声優さんに挑戦！台本を読んで練習中



頭の上から大量の水が降ってきて大喜びの子供達です。



大きなシャボン玉を作ったり手に乗せたりして楽しんでいました。

大きな風船



大きな風船に順番に座ったり投げたりして遊んでいます。



風船の中にくじ引きの番号が入っています。卒業生のお兄さんに手伝ってもらいました。



日	月	火	水	木	金	土
1 2月 *月	2 体育 アイランド	3 アイランド 書道 節分	4 アイランド 和太鼓	5 アイランド ストリートダンス	6 アイランド ECC Cebu	7
8	9 体育 アイランド	10 アイランド 書道	11 建国記念の日	12 アイランド パソコン教室 算数教室 ストリートダンス	13 アイランド ECC Cebu	14 プログラミング HAPPY VALENTINE'S DAY
15 *月	16 体育 アイランド	17 アイランド 書道	18 アイランド 和太鼓 駄菓子屋	19 アイランド パソコン教室 算数教室 ストリートダンス	20 アイランド ECC Cebu	21
22	23 天皇誕生日	24 アイランド	25 アイランド 和太鼓 お誕生日会	26 アイランド パソコン教室 算数教室 ストリートダンス	27 アイランド ECC Cebu	28 プログラミング