

# シナプス

第203号

明るく 優しく たくましく



学校法人 大東中央学園

大東中央  
幼稚園

大東中央幼稚園園長室だより  
平成25年7月11日発行

☆園長コラム ☆キンダーカウンセラーコラム  
☆担任の保育日誌から ☆身体測定結果

## ごく当たり前の生活習慣で！

前号では『毎朝、起床したら冷水で顔を洗い口をゆすいで、しばらくしてお母さんの愛情溢れる朝食をとり、歯を磨き、元気うんこをしてから着替えを済ませて、幼稚園に登園する。新年度が始まってすでに2ヶ月以上を過ごした園児たちは、ごく当たり前にこの生活習慣を繰り返しています。』と、幼児の基本的生活習慣の理想型を書いてしまいましたが、数年前にご協力頂いた“生活習慣アンケート”集計を見直したところ、毎朝食後に“元気うんこ”が出来ている子は10%余で、大半の子どもたちの“元気うんこ”をする時間帯はまちまちでした。ところで、人間の身体は非常に巧妙な仕掛けになっていて、夜眠っている間は腸も眠っていて、朝に目覚めて食事をする、腸も目覚めて蠕動運動を開始し、軽い排便反射が起るようになっていきます。朝食後の“うんこ”は、自然現象なんです。その自然現象を習慣化する為のトイレトレーニングを是非とも、各ご家庭でしっかりとあけてあげていただきたいものです。現在の小中学校での特に男の子たちは、学校で大便をする事が、いじめられる大きな材料にもなっているようですから、いじめ防止の観点からも“早寝・早起き・朝ご飯と元気うんこ”を日々、ごく当たり前に繰り返す事は、子どもたちの心身の健康維持の為に非常に大切な事柄です。私自身の経験では、8年前のちょうど今頃の季節に“元気うんこ”の習慣が崩れて、便秘や柔らかかうんこ・時には粘液状の白っぽいうんこ・ついにはお腹の強い膨満感等々で数ヶ月を過ごしているうちに、我慢出来なくなって受診した結果が大腸がん。早期発見・早期治療で助かっていますが、ごく当たり前の生活習慣を繰り返す事の大切さを身を以て感じています。

ところで、子どもたちは、ごく当たり前の幼稚園生活を過ごしてくれるようになっていまして、

総幼研教育の基本理念である“『知・情・体』三位一体の総合幼児教育”の中の知的な活動の基本中の基本である“脳の言語野の活性化”を図って、ありとあらゆる言葉や文字に触れる活動にも、違和感なく真剣に楽しく取り組んでいます。

6月17日毎日新聞夕刊の記事『毎日ぼこあぼこ』に『「あの、赤くて冷たいやつが食べたい」小さな頃、風邪を引いた妹の言葉だ。まだ幼稚園児だった妹は、食べたいものの名前が分からず、その色と特徴を言った。妹を溺愛していた祖母はすぐに近所のスーパーに行き、イチゴやスイカやゼリーなど赤くて冷たいものを買って来た。祖母の気持ちを察したのか、妹はそれを「おいしい」と食べたのだけど、その表情から、そこに妹が本当に食べたいものはなかった事が、姉の私には分かった。そんな妹も小学生になり、家族で夕食をした時の事。お寿司屋さんで彼女は叫んだ。「まぐろ！ そう、まぐろやねん！ あのととき食べたかったんは！」ひらがなが読めるようになった妹は、ついに自分の好物の名前を覚えたのである。【後略】』という内容のエッセイがありました。

年少児たちは既に、入園時に促された「挨拶しましょう」「名前がいえるように」「名前を呼ばれたら返事しましょう」が、今やごく当たり前に「おはようございます」「はい〇〇〇〇です」「さようなら」等と言ってくれます。日課活動で、名前カードを見て、自分の名前を漢字で判読し、時には友だちの漢字名前まで判読したり、ことば遊びにも積極的に参加したり、塗り文字では、筆圧もしっかりして来て、一つ一つのひらがながしっかり読めるようになり、中には書けるようになって来ています。その事によって、それこそ飛躍的にいろいろなものや出来事を的確に言葉で表現出来るようになってきました。自分の思いを周りの人たちに正確に伝える事が出来るようになってきました。周りの人たちの思いを聞き取れるようになってきました。 辻本 博人