



令和7年度 12月
みづかこども園

睡眠不足になってしまいませんか？

社会の夜型化は、人間が本来もっている生体リズム「夜は眠り、朝は起きて活動する」を崩してしまっています。子どもを大人の都合に合わせていませんか？夜更かしや遅くまでの外出等の積み重ねは、子どもたちの心身の健康を害することにつながっていきます。園に通う時間が決まっているため、眠る時刻が遅いと、必然的に睡眠不足になってしまい、イライラ度を高め、生命力を消耗させてしまいます。子どものやる気や心の安定のためにも、生活リズムを確立し、眠るべきときに睡眠をとらせてあげましょう。

成道会

12月8日は、お釈迦様が悟りを開かれた日です。仏教ではこの日を成道会（じょうどうえ）と称します。

ゴータマ・シッダールタは、何不自由なく育ちましたが、29歳の時に全ての人が幸せに暮らすための道や、一人一人の命が尊いこと、人間の生きることや人生の真実や苦悩などの思いを巡らして、6年間もの厳しい修行を経て12月8日の明けの明星が光るときに、「仏陀」となり悟りを開かれました。

防寒具の取り扱いについて

- 12月になり、寒さも一段と厳しくなって、防寒具を着けての登園が多くなります。間違いなどが起こらないよう下記のことご協力ください。
 - お友達とよく似たものを身に付けることがあります。よく見える所にしっかり大きく記名を。
 - フックに掛けますので、掛け紐を必ず付けてください。(0・1歳児を除く)
 - フードが付いている服や襟・袖・首の周りなどに紐が付いているものは避けてください。
- ※詳しくは令和7年度入園・進級のしおりP.45をご参考ください。

お知らせ

雪が積もった日に、2歳児以上は雪遊びができるいいなと思っています。思いっきり遊べるように手袋や着替え（お着替えボックスに靴下やズボンの補充）、鞄の中には遊んで濡れた服を入れるビニール袋（必ず名前を書いてください）を持たせてあげてください。

行事予定

1日(月)	交通安全指導
1日～12日	個別懇談(希望者)
8日(月)	成道会
10日(水)	卒園製作(5歳児)
12日(金)	発育測定
15日(月)	交通安全指導
17日(水)	英語で遊ぼう(4・5歳児)
19日(金)	ゆず湯
22日(月)	保育料引落日
23日(火)	おはぎ会
24日(水)	避難訓練
25日(木)	終わりの式

年始の通常保育は1月8日(木)からです。

保障しましょう子どもの権利

子どもの権利の代表的なものには「生きる権利」「育つ権利」「守られる権利」「参加する権利」があります。こうした権利を守るべくつくられ、日本も批准しているのが「児童の権利に関する条約」です。この条約の本質として語られるのが、「意見表明権」です。と言うと言葉を発しない幼い子には当てはまらないと思われるかも知れませんが、そうではありません。「おむつを替えてくれよ。気持ち悪いよ。」ということを泣いて表明します。そうした「意見」に対して受容的・応答的な人間関係がある場合は、「おむつを替えますよ。」などと言いつつ替えてあげます。この権利の基礎となるものは「愛着」です。愛着には、親密な人をみつけ接近すること、人とのつながりをつくり、それが心の基盤をつくるという二つの機能があります。子どもたちはここに戻れば自分が安全だという「安全基地」があることで、いろいろな冒険（探索行動）ができます。この冒険を続けるうちに、安全基地がなくても冒険できるようになります。ところが、この安全基地が動いてしまう「過保護」「過干渉」の状態だと自分で冒険ができなくなります。理想は卵の中から子どもがつづくのと外から親がつづくのが同時という「啐啄同時」の対応です。

園長 小藪 達也