



2013. 8. 1

No.4

生涯学習推進アドバイザー 楠瀬 克子

8月・・・楽しく過ごそう！

やっぱり、夏は暑いのがいいですよ！

7月に入って夏らしい暑さが続き、幼稚園・小学校・中学校も夏休みに入りました。休みに入ってから雨模様の日が多く、お日様の顔を早く見たいと思います。しかし、ラジオ体操会場は、幼児から小中学生が一杯で100人以上の参加になっています。幼児も親子で参加している姿を見ると嬉しくなります。やっぱり大勢集まると活気があっていいですね。子ども達も会場に着いたころは、とっても眠そうな顔です。でも、終わった時にはみんなすっきり、笑顔でお友達とおしゃべりをしたり、参加の印を押してもらって満足そうです。別海町の基本的な生活習慣スローガン

『早寝、早起き、朝ごはん、テレビを消して外遊び』が多少なりとも定着されてきているようにも思います。

各ご家庭でも、夏の計画を色々立てていることと思います。今日から8月です。夏らしい暑さとすかっと爽やかな北海道らしい日々が続きますようにそして、怪我がなく、元気で楽しい毎日になることを願っています。

皆さん 夏を満喫してください！！



栄養士さんのお話を聞きました。

日常、家庭生活の「衣・食・住」を考えると、『食』に関するものは大きな割合を占めています。

7月の学習会では、今年度も栄養士さんのお話を聞きました。

お母さん達からの質問を事前に渡していただきましたので、それらに答えるような身近な話題から進められ、お母さんたちも納得。この時期の子どもは「食」に関しては、お母さんまかせです。子どもの胃袋の大きさから、食事の目安、献立を考える基準、不足するものの補い方等等・・・具体的に教えていただきました。お母さん達は、感想で、「分りやすく教えていただき、大変勉強になりました。」と喜んでいました。お母さんの食生活への考えが、家庭の食生活に一番影響することも実感！！でも、「がんじがらめに考えず、1日トータル、2・3日トータルして柔軟に考えれば良い」との話や、「10歳くらいまでに食生活が完成されていく。」との話を聞き、ホッとされていました。焦らず、子どもは、とにかくたくさん遊ばせ、おなかを空かせて、楽しく食事が出るのが最高ですとまとめて下さいました。

楽しくプールで水遊び



7月の体験学習は、別海町の温水プールでした。『プールの使い方を知り、水に親しみ、水遊びを楽しむ。』をテーマに行いました。

今回は、気温も高かったので、気分も上々で水が気持ち良かった。オムツの外れた子は、水深40cmのところも使え、水の中を行ったり来たり、浮きを付け、ビート板を持ち、足をばたばたしたり、体を伸ばして水泳選手気分の子も……。

オムツが外れていない子は、水遊び用のオムツをつけ、特設の1.65m×1.75mのプールで水遊びしました。小さいプールには入れるけど、大きい方はどうもと言う子もいました。

顔に水がかかっても遊びに夢中で、プールの船を浮かべたり、じょうろや、人気の手作り噴水で楽しく遊んでいました。中には水に足を入れるのは苦手な子もいました。プールサイドで水をすくったり……。きっと何度か体験すると、中に入って遊べるでしょう。実際、はじめ嫌がっていた子も、後半には平気になり、笑顔で楽しんでいました。

また、昨年全然入れなかったのに、今年はへっちゃらという子もいます。個人差が大きいこの時期です。無理強いすることなく、興味をひかせながら……。水慣れするといいですね。

学級の時だけでなく、日常もプールの方をお願いすると特設プールを出してくれます。お友達誘いあって多いに利用して下さい。



7月学習会・体験学習参加者

	0.1歳		2.3歳		プール体験	
	親	子	親	子	親	子
中央公民館	26名	29名	13名	15名	32名	35名
	合55名		合28名		合67名	
西公民館	親6名 子7名				5名	5名
	13名				10名	
東公民館	親7名 子8名				5名	6名
	15名				11名	



* 8月は体験学習のみです。詳しくは、次ページをご覧ください。