

2018年  
7月

# つぼみ伝言板

いいづな学園 こどもの森幼稚園  
つぼみ子育てサロン  
こどもの森幼稚園 026-239-3302  
つぼみ専用電話 080-6932-8483

お山の緑色も濃くなって、夏らしくなってきました。自然の中で過ごす、四季の移り変わりがより鮮明に感じられます。これからの暑い季節はさわやかなお山の風がご馳走ですね。早いもので1期ももうすぐ終了です。子どもとお母さんたちの笑顔に支えられて楽しく過ごすことができました。ありがとうございます。7月の日程も元気に楽しんでいきましょう。



## 7月の予定

3日(火) 5日(木)  
戸隠キャンプ場へ行こう!

戸隠山は神話とともにある山です。天照大神(あまてらすおおみかみ)が天ノ岩戸にお隠れになったとき、手力雄命(たちからおのみこと)が力いっぱい投げ飛ばした岩が飛んできてできたのが、この戸隠山と言われています。戸隠山には奥社、中社、宝光社という3つの大きな神社がこんもりとした森に包まれた中にあります。お山の美しい景色を見ながら戸隠キャンプ場までお越し下さい。牧場では草を食む馬の姿が見られます。

【集合】10時15分 戸隠キャンプ場 牧場前駐車場  
※大座法師池から車で20分ほどかかります。  
ご自宅は早めにご出発ください。

【持ち物】リュック・お弁当・午前のおやつ・水筒・シート・ビニール袋・お花摘みバスケット・雨具  
※ キャンプ場入場料 200円(子どもは不要です)  
※ 川があります。着替えは普段より多めにご用意を!

【荒天時】グリーン・ヒルズ 室内で遊びましょう!

10日(火) 12日(木)  
やきそばを作ろう!

つぼみさんにもお手伝いをお願いして焼きそばを作ります。できるまでグリーン・ヒルズの庭でのびのびと遊びましょう。そろそろ暑くなる時期ですので、少し涼しいお山なら気持ちよく過ごせますね。いっぱい遊んだ後はみんなで焼きそばをいただきます。

※焼きそばの材料は一般的な肉と野菜などです。ご心配のある方は、ご相談ください。

【集合】10時15分グリーン・ヒルズ小中学校の庭

【持ち物】午前のおやつ・水筒・シート・ビニール袋・着替え多めに・雨具 ※皿・箸・フォーク  
材料費(大人 300円子ども 100円)

【荒天時】グリーン・ヒルズ 室内で遊んで焼きそばを食べましょう!

※準備の関係がありますので、曜日の変更は事前にお申し出ください。

## 夏の親子 DAY

7月29日(日) 10時15分開始

つぼみさんのご家族ならどなたでも参加できます。みんなで楽しみましょう!

※参加される方は、7月19日までにお申し込みください。  
持ち物など詳細は後日お知らせします。



## 飯綱高原のイベント案内

飯縄火まつり 8月10日(金) in大座法師池

こども神輿が出ます。お子さんならどなたでも参加できます♪  
未就学児は親子でご参加下さい。はっぴ無料貸出し。  
みんなで楽しみましょう!

## 幼稚園運動会

7月7日(土) 雨天順延

午前9時集合 9時半開始

未就園児のプログラムは10時過ぎです。

場所: 一の鳥居苑地 芝生の広場 (駐車場から5~10分登ります)

持ち物: 飲み物、帽子、着替え、タオル、雨具、上着、ゆつくりしたい方はお弁当、動きやすい服装、運動靴でお越し下さい。

幼稚園のお兄さんお姉さんは、今まで活動の中で楽しんできたオペレッタを発表しますので、ぜひご覧ください。運動会へは、お友だちも誘って自由にご参加ください。

※参加自由です。前もって参加が決まっている方は、つぼみスタッフに教えてください。

## 6月のつぼみ

### ◎6/5(火)、7(木) 戸隠森林植物園のお散歩

モリアオガエルのカエルさんと卵をセットで見ることができました！触ってみたお母さんや子どもから『ふわふわもちもちだね～。』とそんな声が聞こえてきました。ウスバサイシンやツクバネソウも花を咲かせていました。

### ◎6/12(火)、14(木) 笹ちまきを作ろう！

笹ちまきを作って食べました。ひもの結び方は色々でも大丈夫。簡単に保存にも優れていますので、是非おうちでも作ってみてくださいね。作り方は6月号の伝言板に載っています。※1合で2～3個と書きましたが、5～6個作れます。訂正いたします。

### ◎6/19(火)、21(木)大座法師池のお散歩

大座法師池の周りをぐるっとお散歩しました。木曜は雨ふり散歩でしたが、さすがつぼみ親子は元気元気！雨の中も楽しそうに歩いている様子がとても微笑ましかったです。

### 「ダブルバインド」

演劇界で活躍されている平田オリザさんが「母の友」の中でこんなことを書かれています。↓

「もしあなたが教育者で『子どもたちの個性を活かした劇をしたい』と思ったときに気をつけてほしいことがあります。「ダブルバインド」です。簡単にいうと「2つの矛盾した指令を出すこと」例えば、親が子どもに「体さえ健康なら勉強なんかどうでもいいからね」と言う。一方その子が通信簿を持ってくると「なんだ、この成績は！勉強しろ！」と怒る。心理学の世界では極端なダブルバインド状況は統合失調症の原因の1つになるとも言われています。もし子どもに「個性を大切に」と言うならば「周りからはみ出すことはやって良いことではない」という矛盾する考えが自分の中にあるのか自問してみてください。ちなみに矛盾した考えが自分の中にあるのは自然なことです。重要なのはそのことを自覚しているかどうかです。自然と言葉がけの仕方が変わってくるはずですよ。

親にとっては耳の痛い話ですが、小さい子どもたちはことばに敏感です。おとなの矛盾した言葉がけの板挟みにならないよう、気をつけていきたいですね。

### ～夏の水分補給～

夏場はミネラルが不足して熱中症が心配。そこで、思い浮かぶのはスポーツドリンクなどですが、一般的なスポーツドリンク 500mlに含まれる砂糖の量は 20～30g、なんと角砂糖 8 個分！

糖分の摂り過ぎが肥満や病気に繋がるのは、子どもも同じです。日常的な飲み物としてはミネラルウォーター（硬水）や麦茶などが良いそうです。又、天然だしもミネラルを補給しリラックス効果があるそうです。お味噌汁は先人の知恵が詰まっているんですね。

忙しくても、朝一杯のお味噌汁を愛情と一緒に家族に出したいですね。



どなたでも参加できます♡  
お友達も誘ってお越しください。

参加ご希望の方は、7月19日までに  
スタッフまでお申し込みください。  
持ち物など詳細は後日お知らせします。

### 子育て応援団

親力 UP 講座①「絵本の読み聞かせ」

7月24日(火) 10時～

場所：こどもの森幼稚園 園舎

対象：未就園児親子

同日開催！

こどもの森の応援団

「おしゃべり会」

こどもの森の保護者と  
お茶を飲みながらおしゃべりしましょう♪

7月24日(火) 11時～

場所：こどもの森幼稚園 園舎

対象：未就園児親子

涼しいお山で、ゆっくり過ごしましょ。