ピノキオ

令和2年
6月号
2020.5.19

近況報告

園長　宇田津　円

今年度はコロナに始まりました。
強烈な個性を持つコロナ。それに立ち向かう人間。突然これほどの強烈な力を持つウイルスは無かったと言う人がいます。自然発生したものの中に何か人為的なものが混入しているのでしょうか。それで一気に除去できずに残ってしまうなどと想像してしまう毎日です。
そこで、子ども達のほうはと言うと、４月はクラスの友達と慣れる、５月は保護者総会並びに保護者と園との向上の話し合い、６月はプール指導とカリキュラムは進んでいくつもりだったのですが、果たしてコロナウイルスは水泳をして伝染しないか分からない為、小学校の出方を待っているところです。
そこで、コロナにかからない為と思い、１日２時間以上子ども達を紫外線の下で遊ばせる（紫外線に当てる）ことにして、毎朝５号公園で走ったり、なわとびをしたり、ゲームをしたり、鉄棒をしたりとからだを鍛えております。おかげ様で、子ども達の足が少し「長め」になったかなと見受けられます。
年長組では、かぶと虫の幼虫が生まれ、好きな子ども達が持って来たり、園で育てたりとみんな生き生きと生活しています。その中のひとりに、「あなた、みみずの研究をしてみない？あのダーウィンが最後にし残した研究よ。」どんなものでも食べてしまうみみず、その中に何かウイルスに効くものはないのだろうか。でもダーウィンが亡くなって百年。そんなことがあれば誰かが気付いているはずですよね。あーあーつまらない空想をまたしてしまった。

紫外線を浴びよう

太陽の光には、目に見える光（可視光線）のほかに、目に見えない赤外線や紫外線が含まれています。紫外線とは、地表に届く光の中で、最も波長の短いものです。ヒトは、食事と日光紫外線から必要なビタミンDを得ていますが、日本では近年日焼けを避ける若年女性が増えたことから、特に乳幼児のビタミンD欠乏症が増加しています。
紫外線とビタミンDは切っても切れない関係にあります。ビタミンDの主な働きは、腸からのカルシウムの吸収を2倍～5倍程度に増加させることです。
ビタミンDが不足すると、食事でカルシウムを摂っていても十分吸収されず、体としてカルシウム不足に陥ります。
引用　環境省「紫外線環境保健マニュアル２０１５」

女性の中には、紫外線を浴びないようにしようと黒い傘を差したり、黒い手袋をしたりはば広の黒い帽子をかぶったりする人がいる様ですが、子どもにとっては紫外線はとても大切なものです。
紫外線が人の体内に入ると、体内のコレステロールをビタミンDに変えます。そして、そのビタミンDを紫外線が骨まで運んでくれます。そして、子どものからだの中で、しっかりした骨太の丈夫な子どもが出来上がっていきます。太陽に当てない子どもはどこかひ弱です。心配しないで、太陽に当てて下さい。当こども園では、１日２時間くらいは紫外線に当てています。

今月の指導

イオンモールの家族の絵が中止になり、馬の絵が中止になり、夏には海の絵も中止になるのでは？と心配していますが、園では中止には関わらず、この3つは指導していきたいと思っています。

空はかせ

年長組
日高陽翔（あきと）くん

早朝、園長が年長組のくわがたの箱をのぞいていると、あきと君が言いました。
「先生、くわがたは夜活動するとよ。朝は寝てるからいないと。」
あ～そうかあ。だれかさんみたいに朝は起きないんだ～