



## 『 スキンシップが“待てる心”を伸ばす 』

園長 大脇朋子

何度でもあきらめずにチャレンジできる子、すぐにくじけない子とは、例えば、今すぐに成績が上がらなくても『結果を待てる』子だと言われています。

「頑張ったけどダメだった」とへこたれるのではなく、「今回はうまくいかなかったけど次は大丈夫。きつとうまくいく！」と次の「快」を期待して自分を励ますことができる子。

この、待てる力を育むカギを握るのが、脳の「セロトニン神経系」と呼ばれるものです。心をほっと落ち着かせてくれるような心地よさを脳にもたらしてくれます。

では、どうすればこのセロトニン神経系を働かせることができるのか？それは何より、お母さんが子どもを抱きしめること。抱きしめ、頭をなでるだけでセロトニン神経系は活性化するのです。

また、お母さんの声を聞くだけでセロトニン神経系の活動が上がるのが分かっています。そして、目線を合わせることも忘れないでください。



もちろん褒める言葉、励ますような言葉をかけることでも待てる心は育ちます。ただ、言葉がなかったとしても、**ギュッと抱きしめる**だけで十分。

「親として何を言えばいいのか」と迷ったら、**まずは笑顔で、子どもをハグしてください。**

＜脳科学者＞ 篠原菊紀 氏

### ＜8月の予定＞

- 1日(木) 身体測定
- 2日(金) 青空給食
- 5日(月) 交通安全
- 10日(土) 幼児コース夏休み開始
- 20日(火) 縦割り保育・幼児コース夏休み終了
- 23日(金) 避難訓練
- 29日(木) 理学療法士来園
- 30日(金) プール終了／年中・長午睡終了

### ＜9月の予定＞

- 4日(水) 青空給食
- 5日(木) ほのぼの懇談・ミニ参観日(年少)
- 10日(火) ALT
- 11日(水) 体操教室
- 13日(金) 8, 9月誕生日会
- 18日(水) 北小就学時健診(年長児)
- 21日(土) 保護者設備作業(全保護者対象)  
※予備日22日
- 24日(火) ALT
- 26日(木) 運動会総練習

#### ★幼児コース夏休みについて

10日(土)～20日(火)まで夏休みです。

#### ★持ち物について

記名のない服や、下着が目立ちます。子ども達も迷ってしまうので もう一度、確認をお願いします。

#### ★絵本借りについて

※絵本借りをお休みします。(8/23から開始)

#### ★夏の保育について

サンダル登園、プール遊び、年中、年長の午睡は8月30日(金)までとなります。

#### ★運動会について

10/12(土)に園庭にて行います。人数制限はありません。※雨天時は北小体育館となります。

#### ★欠席連絡について

コドモンへの移行、ありがとうございました。欠席の際は必ずアプリでお知らせ下さい。  
※事前に打ち込むこともできますので活用ください。

