



和・気・愛・愛

園だより10月

令和4年10月1日

歩いて伸びよう

園長 田中 裕

社会福祉法人藤花学園 北野保育園

ようやく秋らしい日が増えてきました。体を動かすのに一番いい季節です。本園は園庭があるため運動する機会に恵まれています。分園には広い園庭はありませんが、散歩に出るのが習慣になっているため、歩く機会は多いと思います。

歩くということでは意外なことに郊外に住んでいる子どもたちのほうが歩くことが少なくなっているようです。青森のある小学校の子どもは車登校の子が多く、この学校では車依存が高い子ほど「切れやすい傾向」「学力が低い」「当たり前のことが当たり前にできない」そうです。そしてその地域で徒歩通学と学力の相関について調査検証したところ、期待学力値は週に3~4日車通学の子と、0日の子では2.6倍の開きが出たそうです。

なぜ、歩くこと（運動）が学力を上げるのでしょうか。これはスキヤモンの発達・発育曲線というもので説明できます。人は10歳ころまでに脳細胞の90%以上を完成させます。脳は酸素や栄養を最も必要とする臓器で酸素消費量は体全体の25%になります。脳に酸素を送るのは血液であり、血液を心臓に戻すのは第二の心臓と言われるふくらはぎです。子どもが体温を上げて循環を良くする基本は「歩く」ということなのです。つまり、幼児学童期に歩く機会を奪うことは体も心も脳も発達させないということになります。

なお、先ほどの青森の小学校では検証の結果、95%の子どもが徒歩通学になったそうです。当園の活動で歩くことや運動遊びはありますが、ぜひ、ご家庭でも歩く機会を増やしていただきたいと思います。

もうすぐ運動発表会です。全園児参加ではありませんが、子どもたちの運動発達をご覧になっていただき成長を感じてください。（参考：子どものからだと心白書）

10月の予定

10月4日(火)	体育指導 3~5歳児
5日(水)	誕生会
6日(木)	避難訓練
11日(火)	運動会予行 2~5歳児 身体測定 5歳児
12日(水)	身体測定 4歳児
15日(土)	運動発表会
17日(月)	身体測定 3歳児
18日(火)	体育指導 3~5歳児 身体測定 本園1、2歳児
19日(水)	身体測定 分園0~2歳児
20日(木)	0歳児健診
25日(火)	体育指導 3~5歳児
31日(月)	保護者会 0歳児

