



2021  
1月

# 園だより

認定こども園 下関短期大学付属第二幼稚園  
山口県下関市彦島塩浜町2丁目2-21 ☎ 083(266)5821

## 子どもは風の子

今年も残すところあと1週間となりました。今年は新型コロナへの恐怖と闘いながら、感染防止対策に明け暮れた1年でした。園行事についても、中止や縮小をせざるを得ないものも多く、子どもたちの楽しみを半減させてしまいました。でも、保護者の皆様のご理解とご協力のおかげで、子どもたちは無事に終業式の日を迎えることができました。心からお礼申し上げます。新型コロナは今さらに感染を拡大させています。年末年始におきましても、外出や初詣の際は人混みを避けるなど、気を緩めることなく感染防止対策を徹底し、皆様どうか無事にお過ごしください。



さて、今年の冬は昨年に比べ寒いように感じます。既に初雪も降りました。寒い冬ではありますが、新型コロナ対策の一環として、部屋の窓を少し開けるなど常時換気もしなければいけません。初雪が降った先週は、わずかに開けた窓から冷たい風が容赦なく入り込んで来ました。子どもたちの中には、ガタガタ体を震わせている子もいたほどです。

でも、このガタガタはとても理にかなったもので、これにより筋肉を動かして熱を作っているのです。誰から教わったというわけでもなく、本能で体温を一定に保とうとしている動作だと言えます。ただ、幼児に限らず小学生の中でも、最近は寒がりの子どもが増えてきているような気がしませんか。

「子どもは風の子」。これは昔の話なのでしょうか。

そんなことはありません。現代の子どもも本当は風の子です。子どもは体の中で熱をどんどん作っているため体温が上がりやすく、当然個人差はありますが、実は暑がりなのです。幼児期の子どもは日に日に成長します。その成長するエネルギーを作るために基礎代謝がどんどん行われているのです。つまり、大人と比較にならないほど体の中に有り余るエネルギーをもっているということです。大人の感覚で子どもに厚着をさせると、子どもはおそらく暑がります。真冬においても、「寒くないだろうか」ではなく「暑くないだろうか」と案じることが大切。「子どもには大人の1枚分少ない衣服で十分」と昔から言われているのはそういう理由からです。

ところで、ユニクロの「ヒートテック」には子どもサイズもあるそうですが、自ら大量の熱を生産している子どもにとって果たしてどうなのでしょう。登山家は、ヒートテックを絶対に着ないと聞いたことがあります。それは、汗を吸収しにくいからだそうです。

本園では今年度から体育教室でも体操服を着用させています。ところが、最近、半袖体操服の下には長袖のアンダーシャツを、半ズボンの下には足首まであるレギンスをわざわざ身に付けている子が目立つようになりました。中には半袖半ズボンで頑張っている子もいますが、重ね着をする子の方が増えています。下関市内の小中学校では、ウォーミングアップの時だけ上着を着せることはあっても、体育の時間は普通に男女問わず半袖半ズボンです。小学校に上がって急に薄着になると、体を壊してしまう恐れもあります。「子どもは風の子」が「風邪の子」にさせないためにも、いきなりではなく、お子様の体調に応じて普段から徐々に薄着の習慣を身に付けさせていくことが大事ではないでしょうか。来年は秋口あたりから意識してみてください。

それでは皆様よいお年を迎えられ、静かなお正月をお過ごしください。来年もどうぞよろしく  
お願いいたします。

(園長 寺本 明生)