



## はな組だより

臼井幼稚園

令和6年11月28日発行

今年も秋らしさを感じられないまま、急に気温が下がりました。園庭のイチョウもまだ黄色くなりきっておらず、この冬もこの先の気候もどうなってしまうのか、子ども達の未来の地球はどうなるのか、気がかりです。

先日急でしたが、成田市のたんぼぼ小児歯科の鳥山栄先生が講演してくださいました。鳥山先生からの講演依頼だったのですが、子ども達の口の発達（滑舌の悪さやお口ぽかん）について危惧していたところだったので、ぜひ、とお願いしました。その内容を少し書かせていただきます。

かなりぶっ飛んだ（失礼！）講演だったので、聞きに来てくださった皆さまも、もしやひいてしまったのでは、でも鳥山先生の危機感、子ども達を少しでも良くしたい、そのために知って欲しいというお気持ちが伝わりました。私自身も、これは実行するのは無人島にでも行って自給自足しない限り不可能だと確信しましたが、それでもここで、できることはしようと思いました。

### 『骨と筋肉は口が支配している』

奥歯をきちんと噛みしめられないと、身体のバランスや身体能力が落ちる。最近の食生活はやわらかい食べ物（ハンバーグ、つくね、ナゲット）が多く小さいうちから噛んでいないと、一生噛めなくなる。

### 『歯磨きはしなくていい（！）』

歯垢として着き虫歯になるのはお菓子（糖分）が原因だから、お菓子を食べなければ歯磨きもしなくていい。

（え～！びっくりです）

歯磨きをしなくていいから、お菓子をあげない。

子ども達は歯磨きをするからお菓子を食いたい、と言いますねえ。

糖分、糖質の、歯だけでなく身体に与える影響は、大きい。暴れる子に糖を上げると静かになる。糖（おやつ、清涼飲料水）は麻薬作用がある。糖尿病、うつ病などの精神疾患の原因にもつながるし、思春期の無力感、キレやすさの原因ともなる。

### 『牛乳はとらない』

牛乳は生まれてすぐに立って歩く子牛のためにあり、カルシウムも多い。牛の成長ホルモンと父に含まれる女性ホルモンが関与し、性の女性化、身長の巨大化がある。現代の牛は生の草を食べていない。混合飼料で、抗生物質、化学物質を食べている。がんの原因ともなる。

### 『人間は草食動物』

歯牙の形態が肉食と草食では異なる。腸の長さの違い。腸内細菌と口腔内常在菌の免疫への作用が異なる。肉食の動物達は生肉を食べる。草食の動物も生を食べる。調理という工程が存在していないので、活性酸素を身体にいれないから、自然の動物たちは病気にならない。

### — まとめ —

家の子はおやつ大好き、お野菜は嫌い、という悲鳴のような声が聞こえてきそうです。もっと色んなことをお話ししていただきましたが、このあたりでやめておきましょう。鳥山先生は、こうもおっしゃっていました。

とはいえ、現代、人の身体は産業化されて、個人であがいても、どうしようもない状態。でもこれらの食べ物のリスクを知って、少しでも減らすことによって、病気を回避できる。

- \* 口唇を閉じてまっすぐ前を向いて（床と口が平行がいい）、回数を多く噛んで唾液をたくさん混ぜて飲み込む。
- \* 肉より魚、洋食より和食、パンよりご飯、野菜を摂って欲しい。
- \* 水を飲みながら食事はしない。（丸飲みしない！）
- \* マスクよりも発酵食品を。100倍効果あり。
- \* 悪いものを口に入れない。  
農薬、食品添加物、薬も毒。  
病気も産業。そういうことをよく考えて欲しい。

病気も産業。。確かに、海外では禁止されている農薬や食品添加物、化学調味料が日本では許可されていたり、海外では使われない薬が日本では使われていることもあります。えっ？実験台なのでは？と思うこともあります。自分で正しい情報を知識として身につけて、できることだけすればいいのかな、と思います。

自分の健康、家族の健康、子ども達の未来、大切ですよ。

園長 志田裕美子

## <年中組今月の目標>

健康・・・縄跳びや鉄棒に積極的に挑戦する。  
人間関係・・・譲り合いをする。  
環境・・・チューリップの世話をし、親しみをもつ。  
言葉・・・人前で発表でき、人の意見も聞ける。  
造形・・・誕生壁面、描画、絵手紙  
音楽・・・「パンダのうた」「ここが一番」  
「小さな世界」「子どもの夢はでっかいぞ」  
「やきいもグーチャーパー」「作品作りの歌」

## <担任から今月のメッセージ>

「アイス屋さん！ ケーキ屋さん！ マクドナルド！ ラーメン屋さん！ カラオケ！ ロケット！ 公園！ ……」

造形月間が始まる前日、明日からの造形月間で何を作ろうか相談した日、出てくる出てくるたくさんの意見。はな組はいつもそうなんです。壁面を作る時や、何か話し合いをする時はみんなたくさんの意見を出してくれます。

その中から今回は4つに絞ろうと、もう一度話し合いをして、アイス屋さん、ラーメン屋さん、マクドナルド、ロケットの4つに決定しました。

いよいよ始まった初日、大きいダンボールにウォー~~~~と大歓声！

3つのグループは、しっかりとした壁を建てよう！と、テープでどんどん壁を貼って早速頑丈にしていきます。あっという間に立派な外壁や、屋根まで出来ていきました。途中で窓やドアを作る子もいて、初日で何となくお店の形が出来上がりました。

しかし、ロケットグループだけは、全員でダンボールカッターを片手に戦闘モードと言わんばかりの気合いを入れ、一気にダンボールが切り刻まれ、初日は何も形に残らず終わりを迎えました。

あれ？ 僕たちのロケットはどれ？  
と自分たちでも驚いていて、思わず笑ってしまいました。

翌日からはロケットグループも追い上げを見せ、大きなダンボールで立派なロケットが出来ました。  
全グループの大まかな形が完成したら、次は絵の具の出番です。絵の具を出す時にもグループ毎に何色を使うか決めてもらい、用意しました。

でも、色んな色を目の前に見せられたら、色んな色で塗りたくなるよね？ と思いながら絵の具を出したら、何と！ はな組さん、みんなで決めた色だけで塗るので驚きました！ 違う色を塗っている子がいたら、この色って決めたでしょ！ なんて注意している子がいて、みんなで協力する姿に感心してしまいました。  
綺麗に塗った壁に看板を書いてみたり、模様を描いたり、それぞれとても素敵な色に仕上がりました。

そこからは小道具作りです。  
冷蔵庫を作って食材を入れたり、  
卵パックにひとつひとつ手作りの卵をいれたり、  
メニュー表を作ったり、  
お客さんみんな分のアイスを作らなきゃ！ と黙々とアイス

作りをしたり、  
小さい組さんが座れる椅子を用意しよう！ と椅子を作ったり、  
ボタンがたくさん付いたワクワクする操縦席を作ったり、  
ドライブスルーの注文口と注文用のマイクを作ったり、  
本物そっくりの飲み物を用意したり、..

この文章を書いている今はここまでですが、きっと最終日までにもっともっとみんなのこだわりが詰まったお店やロケットが完成して、それを他のクラスのお友達に遊びに来てもらった日にはとびきりの笑顔を見せてくれるんだろうなと、楽しみです。

さて、次はいよいよ発表会です！ ここでも、みんなからの意見をたくさんもらって、はな組にしかできないラピュタを作っていきたいです。

長谷川 裕子

