



11月になりました。あちらこちらにあるキンモクセイも花が咲き、よい香りが漂っています。園庭のコキア(ほうきぐさ)も全体の色が緑色から深紅色に変わってきています。いよいよ秋本番を迎えました。秋の訪れが遅かったので、今年の秋は短いかもしれませんが、この心地よい季節を楽しみたいですね。



## ○ 明日は未満児のミニ発表会です。

明日6日、未満児のミニ発表会を園内で行います。COVID-19 感染予防のため、時間と会場を分けて行います。10月22日付でお知らせの文書を配付していますので、詳細はそちらをご覧ください。

子どもたちは、朝の時間やお昼の時間にホールや保育室で練習を続けてきました。衣装を着ての練習もしました。本番をお楽しみに！

第1部 0、1歳児 登園＝9：00～9：20 開始＝9：30 終了予定＝10：00

会場：0歳児＝0、1歳児保育室

1歳児＝2階ホール

第2部 2歳児 登園＝10：20～10：30 開始＝10：45 終了予定＝11：45

会場：2階ホール ※登園時は各クラスへ

※ スリッパ持参。園児は紙オムツで登園

## ○ 「にこにこ教室」を開催しました。

2日(火)の午前、本年度初めての「にこにこ教室」(未就園児親子対象の体験教室)を開催しました。今回は12組の親子の参加がありました。一緒に手遊びやマラカス作り、絵本の読み聞かせ、パネルシアターを体験してもらいました。0歳児から3歳児の子どもたちがそれぞれの遊びを楽しんでいました。保護者の皆さんも子どもと一緒に遊んだり、保護者同士で会話をしたりしていました。参加者が多くて、遊びも盛り上がりました。



次回は、12月6日(月)の午前に「クリスマス飾りを作ろう」を予定しています。さらに多くの参加があるといいなあ、と思います。

## ○ 短大1年生の教育実習(基本実習)が終わりました。

1日(月)から2班に分けて2日ずつ実施した短大1年生の基本実習が本日終了しました。学生は全員、実習前にPCR検査を受け、陰性が確認されました。また、登園の際は短大から職員2名が来園し、学生の手指のアルコール消毒、検温を行い、健康観察チェック表の確認を行い、体調に異常のないことを確認しました。わずか2日間の実習でしたが、学生は子どもたちとよく遊び、保育を観察し、保育の現場の様子を肌で感じてくれました。この経験をこれからの短大での学びや来年度の教育実習に活かしてほしいと思います。子どもたちも、朝やお昼に学生とたくさん遊んで、すごく楽しんでいました。附属園ならではの体験でした。



## ○ スマホ脳と睡眠

10月23日(土)付けの宮崎日日新聞の「健康歳時記」にスマホ脳と睡眠に関する記事がありましたので、紹介します。

就寝前にベッドや布団の中でスマートフォンを操作することは、睡眠の質を落とすという研究結果があるということについてのものでした。特に大きな問題となるのが、スマートフォンの使い過ぎが原因で脳の働きに異常がみられる「スマホ脳」です。脳に疲労を起こすなど、昼夜を問わず様々な弊害があるが、睡眠にも大きな影響を与えるそうです。例えば、スマートフォンの光で脳が昼間と錯覚し、メラトニンの分泌量を抑制、脳が覚醒して眠りが浅くなる。また、寝ている間に見逃す情報があるのではという不安を生じることもあるそうです。いずれも脳が働き続けているので、睡眠本来の役割である休息を得られない。

特に、幼い子どもたちの脳は急速に発達し続けています。子どもたちにスマホ画面を長時間見続けさせたり、就寝前に見せたりすれば、その影響は大人以上だと思います。気を付けましょう。

## ○ 県外との往来について

COVID-19 感染の状況が落ち着いてきました。そのため、全国で感染防止のための規制が緩和または解除されてきています。そんな中、最近、保護者から家族が県外に行く、とか、県外から親戚が来る、ということで「子どもの登園を自粛した方がよいのか」という相談がありました。家族のことだけでなく園のことも考えていただき、ありがたく思っています。そこで、園としての対応についてお知らせします。

「宮崎県新型コロナウイルス感染症対策特設サイト」を見ますと「現在は全都道府県を対象とした往来自粛の要請は終了しておりますが、感染流行地域、感染注意地域との往来の際は、感染防止対策の徹底をお願いいたします。」との表記があります。今月1日現在「感染流行地域」は島根県、「感染注意地域」は岐阜県、大阪府、兵庫県、奈良県、岡山県、愛媛県、沖縄県となっています。

園としては「感染流行地域」「感染注意地域」との往来は自粛をお願いします。もし、これらの地域との往来があつたり、これらの地域に行かれた方と接触したりする場合は、事前に園にお知らせください。お子さんの登園について相談させていただきます。これらの地域に該当しない場合は特に自粛をお願いすることはありません。もし、県外へ行かれる場合、県外から人が来られる場合、判断に迷われたら園にご相談ください。一緒にどうすればよいかを考えましょう。

現在、県内・市内をはじめ、全国で新規感染者数が減少傾向にあります。県内では今月1日に入院患者が退院し、療養者が0になり、3日には県独自の警報レベルが最も低い「持続的な警戒(0)」に引き下げられました。しかし、世界に目を向けると、感染者数は増加傾向にあり、国内でも感染者や新規感染者が0になったわけではありません。まだまだ油断はできません。河野知事の言葉を借りれば「まだ感染の火種は残っている」のです。自分のため、家族のため、みんなのために感染予防に努めましょう。

COVID-19 の新規感染者状況

月 日	10/30 土	31 日	11/1 月	2 火	3 水	4 木	5 金
宮崎市	0	0	0	0	0	0	0
県全体	0	0	0	0	0	0	0

ほんの2か月ほど前は下表のような状況でした。再びこのようなことにならないようにしたいものです。

月 日	8/21 土	22 日	23 月	24 火	25 水	26 木	27 金
宮崎市	80:クラスター3	61:クラスター2	4 0	<b>8 9 (最多)</b>	75:クラスター1	76:クラスター3	72:クラスター1
県全体	<b>1 5 8 (最多)</b>	1 1 6	7 5	1 3 6	1 1 4	1 2 7	1 1 6

