

川西幼稚園だより



令和6年10月

富田林市立川西幼稚園

大人になったあなたを支えるのは、子ども時代のあなたです

BORN TO RUN「走るために生まれてきた」

運動会。子どもたちが無心に走る姿からは、人類 20 万年の進化の過程で備わった心と体の本来の姿を重ねてみることができました。園児の「速く走りたい」という思いが、図書館で早く走るための本を探すことに繋がり、友達の走りに刺激されて思いが広がりました。4 足歩行の哺乳類は脳が重すぎると走れないために直立 2 足歩行したところ、脳の容量を飛躍的に大きくすることに成功しました。人類は、道具や火を使い、外敵から身を守りながら獲物を得る狩猟生活を 20 万年続けてきました。（農耕生活が始まったのは、たった 1 万年前。スマホ登場は 10 年前)。焚火の近くは安全だという記憶は、人間の脳に刻まれているので、焚火の燃えるパチパチという音に安らぎを感じるそうです。

文明が急に進んでも私たちの体と脳は 20 万年前からそれほど変わっていないのです。
ここ数十年のランニングシューズは、かかとのクッション性を上げる（エアーやαゲル等）企業競争の結果、走れば走るほど足、膝、腰の不調を訴える人が増えてしまったという根拠ある残念な報告がいくつも出ています。全身の骨 200 個のうち足の骨は 56 個。実に 4 分の 1 以上も使って精密に作られているにも関わらず、厚底シューズによって機能サポートし過ぎて人間の特徴である土踏まずのアーチがなくなってきています。

育ち盛りの子どもたちには重たい頭を上にのせて 100 年近く元気に歩けるからだづくりを急がねばなりません。GO　WILD！野生の体を取り戻すには、足の裏に地面の凸凹を感じられる靴、自然の中で虫の声、風の音、空の変化に五感を働かせて敏感になる経験と生き残ってきた私たちの祖先にならい、自分の意思でより良い行動ができる強いマインドが必要です。危険が迫っていても気づかずに命を落とすことの無いように敏感であることです。信号が青だから渡っても良いわけではありません。信号が青で、車の音がしない、目でも確認して渡る。逆に、イヤホンで音楽を聴き、スマホを操作しながら、四方八方からの危険を回避できるはずがありません。脳が騒音の中をさまよい、同調していない時、その騒音の中から危険のサインを拾い出すのは、荒れ狂う海に石を投げ込んで、その波紋を見ようとするものです。静かな湖に石を投げ込めば波紋はくっきりと描かれ、危険のサインも、幸運のサインも見逃すことはないでしょうに。

育てたいこと　　10月のねらい

3歳児：＊自分の思いを伝え合いながら、友達と一緒に遊ぶ楽しさを味わう。
4歳児：＊友達と思いを共有しながら遊ぶことを楽しむ。
5歳児：＊友達と一緒に活動する中で達成感や充実感を味わう。

１０月生まれのお友達
★　お誕生日おめでとう
10 月はたんぽぽ組、もも組すずらん組のお友達が誕生日です。

