



園だより (3月号)

令和8年2月27日
 杉戸町立中央幼稚園
 園長 中原 奈保子

≪ 教育目標 ≫

楽しく遊ぶ子・仲よく遊ぶ子・表現して遊ぶ子

50周年記念式典のお礼

過日は50周年式典にご参加いただきありがとうございました。また、卒園児の皆さん、編集して下さった保護者様のおかげで本園らしい温かな記念誌ができたこと嬉しく思います。当日御出席の御来賓の皆さんからも素敵な式典であったこと、記念キャラクターのももちゃんクッキーが可愛くて食べるのがもったいないですよなど、お言葉をいただき保護者の皆さんの御協力があったのことに改めて感謝申し上げます。

話しは変わって、先日、自称『脳オタク』の医学博士の得田久敬氏のお話を聞く機会がありました。内容は、日常生活の中の「脳にもよい行動」を習慣化すると記憶力の低下が抑えられていくといったものでした。記憶力は20代がピークでその後は下降の一途をたどるそうです。人生80年とも言われているこの時代20代がピークとは・・・。その下降が横ばいになる方法を9つ教えていただきました。
 ①歩く②朝食をとる③歯磨き④人と話す⑤少しでも運動⑥魚を食べる(週2回)⑦緑茶を飲む⑧知的な趣味を楽しむ(読書・麻雀など)⑨冬は湯船につかるです。「②朝食をとるは、血糖値をあげ脳の働きが良くなる」「③の歯磨きは、年を取って歯の本数(インプラントでもよい)が多いほど健康である」「⑥魚を食べるは、DHAをとることで頭がよくなる」などは、耳にしたことがある方もいらっしゃるのではないのでしょうか。そして、どれも当たり前のようにやってらっしゃる方も多いかと思います。私たち大人が心掛け、子供のうちから、これらが習慣化されるとよいですね。子供達から、朝ごはん食べてこなかった、いつもYoutubeを見てる、お家で歯を磨かないよなど聞かれることがあります。特に朝ごはんを食べていない子は、ポーっとしていて元気やる気が乏しいです。将来の備えとして日常生活でできることを端折らずにやってみることをお勧めします。

★3月の行事予定★

日	曜	行 事
1	日	
2	月	新学期用品代集金(少・中) 資源回収・業者引取
3	火	ひなまつり
4	水	
5	木	
6	金	誕生会
7	土	
8	日	
9	月	PTA 清掃活動日(雨天決行)
10	火	修了証書授与式予行
11	水	
12	木	お別れ会
13	金	PTA 会計監査 13:00
14	土	
15	日	
16	月	いちご狩り(長)
17	火	短縮保育開始(24日まで)
18	水	卒園児を送る会
19	木	修了証書授与式・卒園文集発行 少・中臨時休園、預かり保育なし
20	金	春分の日
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	修了式
25	水	学年末休業日
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	↓



今年も子供達で作ったひな人形を展示しています。「どこを頑張ったの?」と聞くと、ほとんどの子が「全部」と答えた力作です。個性ひかる雛人形どうぞご覧ください。(朝9:10まで、帰り13:40~14:30まで、ぶどう組はご都合の良い時間)