

【教育目標 夢中になる とともに創る】



きらきら



新潟市立沼垂幼稚園
園だより
令和7年5月16日発行

沼垂幼稚園 111 年目 大切にする3つの「一」★★★「一人一人」「一緒に」「かけがえのない一年」★★★

きらきらかな笑顔

園長 関根 秀也

最近、各学級の様子を見に行くと、子どもたちが満面の笑みで迎えてくれます。4月初めは、どことなくぎこちない笑顔の子どももいましたが、この姿を見ると新しい環境にも慣れてきたのかなと感じます。身体全体で喜びを伝える子どもの笑顔を見る度に、心が温かくなり、心配事が吹き飛んでしまうくらいの元気をもらっています。まさに、「子どもの笑顔に癒やされる」ということを実感する毎日です。

笑顔の効果については、多くの著名な研究者や評論家が科学的な視点を踏まえて説明しています。諸説あるようですが、一般的に言われていることを簡単にまとめてみると次のような内容です。

笑顔には、心身の健康に多くの良い影響があり、心が晴れやかになるリラックス効果が期待できます。また、脳の働きを活発にして免疫力も向上させたり、コミュニケーションを円滑にして人間関係を良好にしたりする効果があるといわれています。

<心身の健康>

・幸せホルモンである「セロトニン」や「エンドルフィン」を分泌させ、ストレスを軽減する。

- ・自律神経を安定させ、リラックス効果を高める。
- ・脳の血流を改善して脳の働きを活発にする。
- ・免疫力を向上させる。

<人間関係>

- ・コミュニケーションを円滑にして信頼関係を築く。
- ・周囲の人を明るくしてより良い人間関係を築く。

<その他>

- ・痛みを和らげる。
- ・脳の記憶をつかさどる海馬を活性化させる。
- ・新しいことに挑戦する気力を生み出す。
- ・自己肯定感を高める。



相手の笑顔を見ることによって人はさらに明るい気持ちになり幸福感を得られる、というフィードバック効果もあるようです。笑顔の人の周囲に幸せが感じられ、別の人も笑顔になるといった「笑顔の好循環」が生まれるのは、こうした理由からだそうです。

幼稚園で見られる子どもの笑顔は、自分を受けとめてくれる大人と、自分のやりたいことができる環境と、それを認めてくれる友達がいるからこそ生まれる笑顔です。これらの一つでも欠けると、子どもたちの笑顔に陰りが見えてきます。自分のできることを見付け、自分に自信をもち始める幼児期だからこそ、笑顔になれる環境をしっかりと整えて、上記のような効果が園内にたくさん見られるようにしたいと思っています。子どもは、安心してやりたいことができると笑顔になり、その笑顔が友達の笑顔につながり、つながった笑顔から遊びが広がり、遊びが広がったことで多様な学びが生まれ、もっと学びたいから遊び



に夢中になる。これが沼垂幼稚園の「笑顔の好循環」です。この「笑顔の好循環」が生まれる幼稚園であるように、沼垂幼稚園では、常に子どもの姿に学び、職員がそれぞれの立場で、できることを精一杯努めていきます。そして、子ども一人一人のきらきらな笑顔から、元気をわけてもらいたいと思います。

様々な場面の「きらきらな笑顔」



屋外での
いろいろな
出会いや経
験が、子ども
たちの心を
刺激して「き
らきらな笑
顔」に！

友達や先
生と一緒に
取り組むこ
とで、人・も
の・ことと関
わる機会が
広がって「き
らきらな笑
顔」に！

