



がんばる毎日に、十分な休息を

4月にたくさんの『はじめて』を乗り越えた子どもたちと、それを支えてきた保護者の皆様。本当にお疲れさまでした。

「五月病」という言葉があるように、4月の緊張や頑張りの反動は、大人でも5月に出やすいものです。気力がわかない、なんとなくだるい……それは弱さではなく、頑張った証拠です。4月に一生懸命吸収したことは、ゆったりした5月の中で静かに根を張っていきます。子どもが「行きたくない」とぐずったり、ぼーっとしていたりするのには、サボりでも甘えでもなく、見えないところで心と身体が育っているサインです。GWも明けて、さあ仕事を頑張ろう！というお気持ちかとは思いますが、しかし連休明けに無理は禁物。大人も子どもも、今月は少し力を抜く時期です。勇気を持って、お子さんと一緒に『何もしない時間』を予定に入れてみてください。リラックスした家庭こそ、子どもにとっても大人にとっても一番大切な住環境です。

園長 山田 裕宇記