

育児のちょっとアドバイス

日々の育児の中で、ほっとしたり、ヒントになるような言葉を、本の中から紹介していきます。書籍の貸出も行っています。

子どもが思い通りにならなかったり、人生には思い通りにならないことの方が多いかも知れません。大切なことは、そうして壁にぶつかりながら、悩んだり苦しむことから逃げないことだと思います。

迷ったり、つまずいたりする弱い自分と正直に向き合ってこそ、子どもの心に寄り添えるのではないのでしょうか。確固たる自信に満ちた結論を、なんのためらいもなく出す親の姿よりも、

自分の弱さと一生懸命に闘っている親の姿の方が、子どもは学ぶものが多いような気がします。

そういう親なら、子どもは乗り越えていく自信を持てるでしょうし、人の哀しみに共感する

やさしさも育んでくれることでしょう。子育ては虚栄を張ってはいけません。

子育てでは自分にも周囲の人にも素直に、正直になる謙虚さを教えられる営みです。

子育てに悩んでいる皆さんは、もうすでに十分にお子さんを愛する親になっていると思います。

「子育てがつまらなくなったとき読む本」より 大日向 雅美 著（PHP 研究所 2001年9月発行）

ほっと れもんていとは



温かな部屋で明るい陽射しをいっぱい浴びてほっと一息、親子でのくつろぎや、遊びのひとときなど、それぞれのペースでご自由にゆっくりとお過ごし下さい。子育てがちよっぴり苦しいとき、大変なとき、そんなときも ほっと れもんていをおたずね下さい。同じ想いのお友達にめぐり合うこともできるかも知れません。お話ししたいときはどうぞお気軽にスタッフへお声をおかけ下さい。いつでもお待ちしております。そして心から歓迎します。



お越しの際は、あゆのこ保育園の駐車場をご利用いただけます。

台数に限りがございますので、ご了承下さい。

開設日： 月～金曜日

（祝日を除く）

開設時間：9:30～16:00

11:30～13:00 は

お休みとなります。

利用の際の予約や

登録は要りません。

開設場所：ほっと れもんてい

（あゆのこ保育園内）

13:00～15:00 は園庭で

お子様と自由に遊んで

頂けます。

ほっと れもんてい

（あゆのこ保育園内）

〒243-0032

厚木市恩名1丁目10番38号

電話・FAX：046-222-6055

<http://www.ayunoko.ed.jp/>

ほっと れもんていは、

地域子育て支援拠点事業（ひろば型）

として厚木市より委託されています。

地域子育て支援拠点事業（ひろば型）

ほっと れもんてい

2009年 12月号 No. 16

ひんやりとした冷たい空気に、子どもの元気な白い息。寒さに負けない元気いっぱいのお子さまと、温かな部屋でほっと一息。どうぞお気軽に遊びにいらしてください。ゆっくりのんびりと過ごせるよう、心からお待ちしています。



育児のヒント

皆様の育児の参考にさせていただけたらと、『育児のヒント』を記載しています。今回は、湘北短期大学保育学科長 大野恵美教授です。

「 みんなちがって みんないい 」

湘北北短期大学 教授 大野 恵美

日に日に秋は深まり、私達に沢山の豊かさを与えてくれる季節を味わうこの頃です。

学生達からも確かな成長の実を感じる時ですが、一人一人みんなちがって、みんな素敵で、何ともユニークで不揃いな存在に苦笑しながらも楽しく学びを重ねています。

この学生達、小さい時は一体どんな性格だったのでしょうか。今も昔も（学生達にとってはほんの少し前の昔ですが・・・）性格は変わっていないのでしょうか。学生との雑談をちよっぴご紹介しましょう。☆とても大人なしくて、人見知りをする子だった。一人で絵を書いたり、アニメを見ていた。今は人前に出るのは恥ずかしいけれど、友達とよくおしゃべりをする。☆元気いっぱいの悪戯で、遊んでいてよく怪我をした。大きな声で喋るので煩がられた。今も元気でやっぱり煩いと言われる。☆お母さんに甘えてばかりいて、親と離れると大泣きだった。決まった友達とだけ遊んだ。年齢を重ねるごとに色々な子と関わるようになったが、人前ではすごく緊張する。☆生き物が大好きだった。友達にすぐ手を出してしまう落ち着きのない子だった。今は前より落ち着いて、周りの人を考えるようになった。☆裸足で遊び回ったり、素手で虫を捕まえるお転婆だった。明るい性格はそのまま・・・少し女の子らしくなった。

思い出話は尽きません。“三つ子の魂百までも”という諺がありますが、生まれながらに備わった気質というものは幾つになっても潜在し、一つの要素として人を形成しているのかもしれない。しかし、ずっと泣き虫だったり、人と話せなかったり、落ち着きがないままということはないようです。成長の段階で、いえ生きている限り、人には色々な出会いがあり、言葉に触れ、切磋琢磨される中で学んでいきます。又、憧れの存在や目標が定まった時は、自らがこうありたいと描くことで人格は

彩り豊かに織り成されていきます。性格という本来の気質は、各々が授かった特別なものです。一粒の種と同じようにどのような花を咲かせ、緑を湛えていくかわかりません。気長に忍耐強く見守りながら、愛情をいっぱいに注ぎ、花の咲くのを待つことはとても楽しい幸せな時間です。

以前、アメリカの西海岸で勉強していた時のことを思い出しました。私の数倍もあるJ先生は、いつも満面の笑顔で、出来ても出来なくても「good」「good girl」を連発してくださいました。その度に素敵な自分に出会えました。「褒めることは心を育てる魔法の力…」持ち前の性格にきっと磨きがかかることでしょう。さあ、学生達も褒め称えてまいりましょう。いつかきっと、保育の現場のあちらこちらで優しい花が咲くことを願って…

健康ひとくちメモ

「感染性胃腸炎について」

この時期、感染性胃腸炎が増加し、特にノロ・ロタウイルスは、感染力が強く注意が必要です。潜伏期間は約2日で、嘔吐や下痢、発熱などの症状が出ます。ロタウイルスは生後6ヶ月～2歳の頃に多くみられ、ノロウイルスよりも発熱を伴う場合が多く、米のとぎ汁のような白色便が特徴です。感染してしまったら、便や嘔吐物などから容易にうつってしまいますので、石鹸手洗い・うがいを行いましょう。また、アルコールなどの消毒薬では効果がありません。床、衣服などについた汚物は乾燥して空中を漂い、感染してしまうことがありますので、使い捨てのタオルなどで拭きとり、ビニール袋に密封して捨てるのが望ましいです。そして、ふき取った後は、塩素系の消毒薬で汚染部分を浸し、しっかりとふき取りましょう。85℃以上で1分以上の熱をくわえることも(アイロンや煮沸消毒)効果があります。

あゆのこ保育園 保健師 山室八潮

今月の絵本

「ねえ だっこして」

作: 竹下文子 絵: 田中清代(金の星社 2004 年)

大好きなお母さんに赤ちゃんが生まれ、そのお母さんと赤ちゃんを見つめる猫の視点から描かれた絵本です。本当は抱っこしてほしい気持ち、それを懸命に我慢しようとするけなげさが伝わってきます…。子どもはいくつになっても抱っこが大好きです。子どもにとって何より安心できる、素敵で優しい場所だからです。もう何歳だから、と言わずにうんといっぱい抱きしめてあげることで、自己肯定感を高め、次に踏み出せる力を蓄えることができるのです。

そして、抱っこは子どもだけでなく、大人の心も穏やかにしてくれます。大人になっても、「抱っこされたい」(＝そのままの自分を丸ごと受け止めてもらいたい、包み込まれていたい、安心していたいというような気持ちにも置き換えることができると思います)という気持ちが実はどこかにあるのではないのでしょうか。母親となって「○○ちゃんのお母さん」と呼ばれることが増え、毎日、母・妻・嫁として、また社会の一員として、様々な顔をもって頑張っている時、頑張りすぎてしまって本当の自分が分からなくなってしまうこともあるかもしれません。「こんなに毎日頑張ってるのに」「誰かに認めて欲しい」「えらいね、頑張ってるねって言って欲しい」と、子どものようにふと甘えたい気持ちになることもあるかもしれません。そういう時に、思い切って子どもに「ギュッ」としてもらったり、「いいこいいこ」してもらってみると、子どものぬくもりややわらかさ、ににおいにふと癒されることがあります。それは日々の育児の大変さや苦労をねぎらってくれる、子どもからお母さんへの最高のごほうびなのではないでしょうか。時にはそうやって、大人から子どもに抱っこしてもらうこと、甘えてみることをおすすめします。抱っこはそんな魔法のような力を秘めています。

ほっと れもんてい保育士 齋藤麻美

食育メモ 「ブロッコリーについて」

秋から冬にかけてが旬のブロッコリーは、キャベツの変種でカリフラワーと同種です。ビタミンC、カロチン、ビタミンAを豊富に含んでいるので、冬の季節の風邪予防・美肌効果、血糖値を正常に保つなどの作用があります。ゆでる際は、熱湯に塩を少量加え、茎の部分から入れます。短時間で済ませると栄養価の損失が少なくなります。 あゆのこ保育園 調理員 荒川由佳

12・1月の予定

予約や申し込みは要りません。お気軽にご参加下さい

イベントは都合により日程等変更する場合がございます。

最新のイベント案内を HP にも掲載しております。掲示板、HP、お電話等でご確認下さいますようお願いいたします。

12月2日(水) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「冬に多い病気」

…あゆのこ保育園保健師によるテーマごとのミニ保健講座と相談を行います。

12月15日(火) 10:30～11:30

おおきなあれ

～お子さまの身長・体重をはかってみませんか?～

…自由に身長・体重が計測できます。お気軽にご利用下さい。

12月18日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット～テーマを決めたおしゃべり会

…湘北短期大学保育学科教員と学生、利用者によるおしゃべり会です。詳細はブログ「もうちょっとチャット」

12月22日(火) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「子どもの心の中をのぞいてみたら…」

…ほっと れもんてい担当保育士より、毎日の育児のヒントになるようなテーマでミニ育児講座を行います。

1月6日(水) 10:30～11:30

ミニ保健講座「嘔吐・下痢をしたときは」

(12月2日参照)

1月13日(水) 10:30～11:30

おおきなあれ

(12月15日参照)

1月15日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット

(12月18日参照)

1月19日(火) 11:00～11:30

ミニ食育講座 「バランスガイド」

…あゆのこ保育園栄養士によるテーマごとのミニ食育講座と相談を行います。

1月27日(水) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「“大好き”の魔法」

(12月22日参照)

※1月16日(土) 10:00～11:30

育児講座 「家族と自分のための色パワー講座」 ～カラーグラスのチャームを活かして～

講師:アトリエ qu 代表 熊坂文さん

対象:乳幼児の保護者

託児:あり(0歳4カ月～就学前のお子さま)

詳細は後日別紙(またはHP)にてお知らせします。

※こちらの講座・託児は申込みが必要です