

## 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。

子どもたちはべつに正しい子育てをしてくれるお母さんが好きなわけじゃないんです。子どもは、喜んだり、怒ったり、悲しんだりしているありのままのあなたが好きなのです。

あなたがあなたであることにほっとして、うちの子がうちの子であることにほっとしてもらえれば、きっといい親子になっていくと思うのです。

立派じゃなくても、あなたの子はあなたの子として、安心して大きくなっていくのです。

それでいいじゃありませんか。

子育てに免許はいらないんです。あなたのまんまでいいんです。

「子どもの“おそい・できない”が気になるときより 柴田愛子 著(学陽書房 2006年12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。

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  
(あゆのご保育園内)

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 (あゆのご保育園内)

〒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

2010年 4月号 No. 18

春の暖かな風や小鳥のさえずりに心もふわっと温くなる季節です。お子さまと一緒に春を見つけながら、どうぞ気軽にお立ち寄りください。春の日差しがいっぱいのお部屋で、いつでも心よりお待ちしております。



## 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、あゆのご保育園 町田和子園長です。

## 「 発達 の 姿 」

日差しがだいふ柔らかくなり、風に乗って春の匂いも感じられるようになりましたね。さて、あゆのご保育園でも4月から新年度がスタートしました。この1年間を振り返ってみると、子ども達の成長に驚くばかりです。昨年4月には0歳児クラスで寝返りもままならなかったAちゃん、先月のある日には、嫌なことがあってか泣きながら地団駄踏んで自分の気持ちを表している姿がありました。保育士は、「Aちゃんがあんなふうには、からだ全体を使って自分の嫌な気持ちを表せるようになったなんて、すごいね！」と話していました。

このごろスプーンを使って上手に給食を食べられるようになった2歳児のBちゃん、今まで自分の使っていたおもちゃを友達に取られるとただ泣いていることが多かったのですが、最近では、「だめ～、Bちゃんの！！」とお友だちを追いかけて、おもちゃを取り返しに行く姿がみられるようになりました。「自我の育ちの表れとして強く自己主張する姿」というのはこの時期としては健全な姿ですね。ただ、かみついたり、ひっかいたり、といったことに結び付くこともあるため、園では保育士が見守り、事故や怪我にならないよう未然の対応を心がけています。「かみつき」「ひっかき」という現象面だけを見ていると、<困った行為>と映ってしまいますが、ただ、「かみついてはだめよ！」と伝えても、子どもの気持ちはおさまりません。そこに至るまでの子ども同士のやり取りの様子や、子どもの心の動きを注意深く見守りながら、「Bちゃんが使っていたのよね。」「取られて嫌だったのね。」など、まずはその気持ちを受け止めてあげることが大切です。子ども達も、自分の気持ちを分かってくれるという安心感によって、少しずつ自分で気持ちを落ち着けることができるようになっていきます。

スプーンを使って上手に食事ができるようになったり、トイレが教えられるようになったり、自分でパジャマの着脱ができるようになったり……。このような姿は、親にとっても目に見える嬉しい子どもの姿ですね。

でも、子ども達の発達がいつも親にとって嬉しい姿で表れるとは限りません。特に「まわりとの関わり」は、トラブルやけんかなど、親にとっては困った場面の経験も多く、なかなか望ましい姿として見えにくいかも

お越しの際は、あゆのご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、ご了承ください。

しれません。子ども達は最初から上手にお友だちと関われるわけではありません。さまざまな経験を通して、少しずつ周囲との関わり方や自分自身の気持ちをコントロールする方法を学んでいきます。時には、子ども達のモヤモヤした気持ちを代弁したり、気持ちを整理することを手助けしたりしてあげることによって、子ども達は安心し、自信を持って周囲の世界と関わっていかれるようになります。将来、まわりの人たちとよりよい関係を築いてほしい…。そのような願いを込めて、根気よく子ども達の育ちを見守っていきましょう。

あゆのこ保育園園長 町田和子

## 4・5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。

**4月7日(水)** 10:30～11:30

ミニ保健講座

「生活リズムをととのえよう」

…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。

**4月15日(木)** 10:30～11:30

おおきくなあれ

～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。

**4月16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

…湘北気大学保育学科の学生による親子遊びの紹介と、湘北短大教員と利用者のおしゃべり会です。詳細はブログ「もうちょっとチャット」  
<http://ameblo.jp/ayucc> からご覧頂けます。

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せよう

お願いいたします。

**5月7日(金)** 10:30～11:30

ミニ保健講座 (4月7日参照)

「トイレで上手にできるまで」

**5月17日(月)** 10:30～11:30

おおきくなあれ (4月15日参照)

**5月13日(木)** 11:00～11:30

ミニ食育講座

…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。

**5月21日(金)** 13:00～14:30

ちょっとチャット (4月16日参照)

**5月15日(土)** 10:00～11:30

育児講座「子どもの発達を理解

～しつけを考える～」

講師：東京都市大学 人間科学部教授

山岸道子先生

※こちらの講座・託児は申し込みが必要です。

申込みの詳細は別紙チラシ・HP にて

お知らせいたします。

…子どもたちは「子どもの発達を正しく理解している親に、愛情を持って適切な言葉かけや環境設定のもとに育てられる」のが何より嬉しいのです。親から子どもへの最高のプレゼントです。「その時 子どもの中の心の中はどうなっているの?そしてそれは発達のどういうステップ?」など、ご一緒に考えてみましょう。

## 今月の絵本

## 「ラチとらいおん」

作・絵:マレーク・ペロニカ(福音館書店 1965年)



この絵本に出てくる主人公のラチは、とっても弱虫です。そんなラチがライオンと共に勇気のある少年に成長していく姿が描かれています。…ラチは、「らいおんがいたらなんにもこわくないんだけどなあ」と思っていました。ある朝目を覚ますと、ベッドのそばに小さな赤いらいおんがいたのです。それからラチは、らいおんと一緒にいることで、勇気を出して様々なことにチャレンジしていきます。いろいろなことができるようになり、ついにはラチがいじめっ子から友だちを助けてしまうほど、大きく成長していくのです！その力の源になっていた気持ちは、「ぼくには、らいおんがついているんだから！」というらいおんの存在と安心感でした…。

子育てをしている中で、子どもに「こんな風になってほしい」と思い描く姿と異なる、ちょっと困った場面や姿に出会うこともあるかもしれません。そんな時、この絵本を読むと、親が子どもにしてあげられることは一体何だろうかと思ったり考えさせられるのです。何か困った姿などがあつたときに、つい「子どものために」とあれこれ手をかけて、声をかけて、時に励ましたり叱ったりしながら、子どもを「変えよう」としてしまいがちです。ですが、この絵本のように、子どもが困った時、何か乗り越えなければいけない時に、「お母さんがついていてくれるから大丈夫！」と子ども自身が思うことができ、自分で乗り越えていく力を身につけさせてあげられたらと思うのです。弱虫な自分も、ダメな自分も丸ごと受け止めてくれるかけがえのない存在がいてくれることは、子どもにとって一番の勇気になります。いつか子どもは必ず親のもとから巣立っていきます。その時に「自分」というものに自信を持って、自分で生きていく力を、小さな頃から少しずつ身につけています。大人ができるお手伝いは、そこに大きな安心感を与えてあげることなのかもしれません。らいおんから、そんなヒントを教えてもらう気がする絵本です。ほっと れもんてい保育士 齋藤麻美

## 食育メモ

### 「春～旬の食材のご紹介」

春の旬の食材をご紹介します。菜の花、キャベツ、みつ葉、アスパラガス、たけのこ、フルーツではイチゴが代表的な旬の食材です。上記のうち、アスパラガスには「アスパラギン酸」が含まれているため、新陳代謝を促し、疲労回復と滋養強壯の効果があります。サラダや炒め物にしてご賞味ください。

あゆのこ保育園調理員

荒川由佳

## 健康ひとくちメモ「生活リズム」

4月に入り、新しい生活を始められた方も多いでしょう。今一度、生活リズムを見直してみませんか？生活リズムは自然に身につくものではありません。生後4カ月ごろから育ち始め、5・6歳頃に完成するといわれています。そして、遊び(活動)、食事、睡眠に深く関係していますので、乳幼児期からの規則正しい生活習慣が大切です。遊びは身体や運動機能の成長・発達を促し、食事はそのエネルギー源です。睡眠は、日中の活動の疲れをとり、成長・発達に欠かせない各種ホルモンの分泌を促しています。昔から「よく食べ、よく遊び、よく寝る子は元気な子」といわれているように、規則正しく生活することが、健康な体づくりの基礎なのです。あゆのこ保育園 保健師 山室八潮