

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。

親であることは、ほんとうに大きな仕事です。

ときに、それに辟易^{へきえき}してしまって、自分自身であること、自分の人生を生きることを忘れてしまいそうになることがあります。

でも、親もまた一人の人間であり、女であり、男です。

親が自分を一人の人間として、幸せであると思えなければ、子どもの幸せのために一生懸命をつくすことはできないでしょう。

さあ、ときには、一人の人間に戻って、リフレッシュしましょう。

「いちばん大切なこと。」より ドロシー・ロー・ノルト著 (PHP 研究所 2005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

2010年 10月号 No. 21

肌に感じる空気がだんだんと涼しく、心地よく感じられるようになってきました。空を見上げると、うろこ雲や赤とんぼの姿に出合える季節です。秋の風をお子さまと一緒に感じながら、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、明石町保育園 園長 園田巖先生です。

「見守ることと安心感」

保育園の入園児は、近年の傾向として、幼児よりも乳児の方が多くなりました。乳児の場合、生後8か月以降になると人見知りが始まることもあり、子どもによっては、それが当分の間続きます。特に入園がこの時期と重なると、保育園生活に慣れるまでには多少の時間がかかるので、子どもも保護者も不安になることがあるようです。しかし、仮に時間がかかっても、やがてはほとんどの子どもが安心して保育園生活を送れるようになります。

ある時、生後1歳2ヶ月の子が入園してきました。ちょうど人見知りが激しい頃で、入園当初はおかあさんから離れるとき激しく泣き、しばらくしてもなかなか泣き止みませんでした。保育時間を少しずつ伸ばしていく中で、段々と保育園生活に慣れてくるようになりました。その後すっかり保育園生活にも慣れたと思われたので、担当保育士は子どもが遊んでいる間に、掃除や後片付け、お昼ごはんの準備などをしていました。ところが、よく遊んでいるかと思えば、逆に遊びに集中できなくなったり、急に情緒不安定になったりというようなことが時折見られるようになってしまったのです。

乳児は、その発達特性として、感性をフルに働かせて、周囲からなるべく多くのことを感じ取ろうとします。特に人間の顔や表情、視線には敏感に反応するともいわれており、一見よく遊んでいると思われる場面でも、しばらくすると何かの拍子にふと振り向き、親や信頼関係のある保育士(愛着対象)を探ることがあるのです。その時、たとえ親や保育士が直接子どもと関わっていなかったとしても、子どもに対して暖かい視線が注がれている場合は、子どもは安心してまた遊び始めます。逆に、そのことを感じる事ができなければ、子どもも何となく不安を感じ、更にこの体験を何度も繰り返すうちに、やがて言いようのない不安感を抱くことがあるようです。時折子どもに暖かい視線を注ぎなが

ら、「大丈夫だよ、私はあなたのことを見ているよ。」「たくさん遊んでいるね。すごいね。」などの声かけをすると、子どもは一層の安心感を得て、満面の笑顔を返してくれます。

保育園と同様に、家庭生活においてもあわただしい日々の連続ですから、子どものためにもっとこうしてあげたいと思っても、なかなか思うようにはできません。しかし、子育てにこうすべきだという「べき論」はありませんから、必要以上に神経質になったり、深刻に考えたりしなくてもいいように思います。

子どもは、信頼している人から見守られているという実感をもつことにより、将来にわたっての揺るぎない安心感を得ているということ、私たち保育者は日常の保育業務の中から体験的に学びます。子どもが望んでいるのは、決して特別なことではなく、心と心のつながりを感じることが出来る体験の積み重ねなのかもしれません。

園田 巖

今月の絵本



～お勧め絵本のご紹介～

「どうすればいいのかな？」

作: 渡辺茂男 絵: 大友康夫(福音館書店 1977年)



主人公のくまくんが、おでかけをする為に自分で服を着ようとしていますが、なかなか上手く出来ません。“シャツをはいたら どうなる?” “ばんつをきたら どうなる?” “どうしたらいいのかな?” と、くまくんがひとつひとつ試しながら考えていく姿には、「こういうことって、ある!」と大人も子どもも思わず頷いてしまいます。

子どもにとって、今まで出来なかったことが自分の力で出来るようになることは、とても嬉しいことです。“自分でやってみよう!”という気持ちを持てた時が自立への第一歩。自分で!という意志を示した時、それは子どもの成長の証しであり、とても喜ばしいことなのです。でも、ああでもない、こうでもない、一つのことを繰り返している子どもの姿を見ていると、イライラしてしまったり、つい“こうしたらいいのに…”と手を差し伸べたくなくなるものですね。大人から見ると遊んだり、ふざけたりしているように見えてしまうこともあるかもしれません。ですが、子どもは時には癩癩を起しながら、また時には楽しみながら試行錯誤を繰り返していくことで学んでいるのです。

単純な言葉の繰り返しで進んでいくお話ですが、主人公のくまくんの姿からはそんな子どもの心の動きもよく伝わってきます。時には一歩下がって見守ってみませんか。子どもの姿を丸ごと楽しんでしまうことの大切さに気付かせてくれる、そんな素敵な絵本です。

ほっとれもんてい保育士 小島真由美

健康ひとくちメモ

「予防接種と子どもの健康」

予防接種は、麻しん(はしか)や百日咳のような感染症の原因となるウイルスや細菌、または菌が作り出す毒素の力を弱めて予防接種液(ワクチン)を作り、これを体に接種してその病気に対する抵抗力(免疫)を作ることです。すべての病気に対してワクチンがつくれるわけではありませんし、お子さんの体質、その時の体調などによって抵抗力(免疫)ができないこともあります。しかし、予防接種を受けることで、その感染症にかからない、あるいは感染症にかかっても軽く済むことが期待できます。

諸外国では定期接種(公費)として受けられるものも、日本では任意接種(自費)でしか受けられない(Hib ワクチンなど)状況があります。しかし、赤ちゃんは、出生してしばらくはお母さんの免疫(母体免疫)に守られています。徐々にその免疫がなくなり、感染症にかかりやすい状態になりますので、お子さんの健康を守るために、忘れずに予防接種を受けましょう。

あゆのこ保育園 保健師 山室八潮

食育メモ 「さつまいも」



10月の食材さつまいもはビタミンCを多く含み、ビタミンEには老化を防ぐ効果があります。ビタミンCとEとの相乗効果で美肌作用があります。また、カリウムも豊富なので、体内の塩分バランスを調整し高血圧に効果があります。選ぶ際は、ずっしりと重みがあり、でこぼこの小さくツヤのよいものを選びましょう。

あゆのこ保育園 調理員 荒川由佳

10・11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。

10月7日(木) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「子どもの目と生活」

…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。

10月15日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット

～親子遊びとテーマを決めたおしゃべり会～

…湘北短期大学の学生による手遊びやふれあい遊び、教員と利用者によるテーマを決めたおしゃべり会です。詳細はブログ「もうちょっとチャット」

<http://ameblo.jp/ayuce> からもご覧頂けます。

10月18日(月) 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。

10月20・21日(水・木) 9:30～11:30

おもちゃの広場

…NPO 法人グッドトイ委員会のおもちゃコンサルタントと一緒に世界のおもちゃに触れてみませんか?詳細は別紙ポスターをご覧ください。

10月27日(水) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「子どもと運動」

…あゆのこ保育園保育士より、運動についてヒントになるようなテーマでミニ育児講座を行います。

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します。

11月5日(金) 10:30～11:30

ミニ保健講座「予防接種について」

(10月7日参照)

11月9日(火) 10:30～11:30

おおきなあれ (10月18日参照)

11月19日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット (10月15日参照)

11月25日(木) 11:00～11:30

ミニ食育講座 「下痢のときの食事」

…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。

※**11月13日(土)** 10:00～11:30

**育児講座「親子で楽しむ簡単クッキング
～小さな子どもに伝える食育～」**

「大好きなお母さんのお手伝いをしてみたい!」台所に興味津々のいたずら盛りの小さなお子さまと一緒に、「型抜き」「混ぜる」など、楽しみながら親子でクッキングしてみませんか?

講師:あゆのこ保育園栄養士:石井知果子

対象:離乳食の完了した1～2歳のお子さまとその保護者

詳細は後日別紙(またはHP)にてお知らせします。