



育児のちょっとアドバイス



日々の育児の中で、お母さんがほっとしたり、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。

大人と子どもの関係というのは、二人三脚みたいなものだと思います。二人三脚というのは、一方が焦って速く走ろうとしても、もう一方のペースに合わせなければ、前へ進みません。こちらがペースをいったん落として、二人の呼吸が合ってくると、案外速く進みます。

スクールカウンセラー・医者 明橋大二

「子育てハッピーエッセンス 100%」 より 明橋大二著 (1 万年堂出版 2007 年 2 月発行)



ほっと れもんていの活動について



ほっとれもんていは「次世代育成支援対策推進法」に基づく「つどいの広場」事業により開設されています。参加費・予約などはありません。お気軽に遊びにいらして下さい。

- 開設日： 月～金曜日 (祝日を除く)
- 開設時間： 9 時 30 分～15 時 30 分
12 時～13 時はお休みとなります。
* 13 時～15 時は園庭でお子様と自由に遊んで頂けます。
- 開設場所：ほっと れもんてい (あゆのこ保育園内)

【内容】

- * 親子でのくつろぎや、遊びのひとつとき
- * 保護者の方のお友達作りと、子どもの一般的な発達の姿の確認
- * お子さん同士の関わり
- * スタッフへの相談
- * 育児講座
- * 育児相談(予約制)
- * その他イベント など

つどいの広場 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: 046-222-6055
Fax : 046-222-6055



次世代育成支援対策推進法 つどいの広場

ほっと れもんてい

2008 年 2 月号 No. 5

春の訪れが待たれる毎日となってまいりました。立春とはいえまだまだ寒さも感じられますが、小さな春の兆しを見つけに出かけてみませんか。ほっと れもんていでは、暖かな部屋で心温まるふれあいができますよう、いつでもお越しを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。今回は湘北短期大学元教授の山岸道子先生です。

～「言うこときかない」はどうすればいい?～

湘北短期大学元教授 山岸道子

「子どもがちっとも言うこときいてくれない・・・」と寂しそうに、困ったようにつぶやかれる保護者の方によく出会います。言うこときいてくれないとまず、「叱ってしまう」のでますますきいてくれなくなります。どうしてなのか、どうすればいいのか今回は一緒に考えて見ましょう。子どもに限らず人間が他者の意見を受け入れるには

- 1 自分の情緒・気持ちが安定していること
- 2 その人に信頼と愛情を感じていること
- 3 わかりやすいこと

です。このような状況にもとでは子どもたちは基本的には大好きなお母さんの言うことをしっかりきいて、そのとおりにして、ほめてもらって、大きくなりたいと思っています。しかし、そのいずれかが不十分だときいてももらえません。「子どもだから親の言うことはきくべし」など子どもはそうは思っていないのです。

1 の子どもの情緒を安定させておくためには「ほめる」こと「だっこ」することです。そうすると「わがままな子になるのでは?」と心配する方もおられるようですが、まったく心配はありません。絵本「いいこってどんな子?」(富山房)をご参考に。

- 2 お子さんは一般的にお母さんとの愛着形成が出来てますので大好きで信頼してます。

3歳までは甘えを十分に満たしてあげていれば愛着形成ができます。十分に甘えの受容をしてもらったお子さんは、自然にきれいに自立します。

3に関して、お母さん方は子どもの発達の様や心の状況、知的な状況など専門的な学習をされていません。それでいいのです。でも子どもの気持ちや状況をわかってあげる努力は大切です。わかってあげることが、子どもにわかりやすくお話ししてあげられることです。そのためやはり絵本はお母様方の育児に役立ちます。例えば、子どもがどんなに我慢しているかを知って言葉かけをするために「あかがいちばん」ほるぷ出版 「ちょっとだけ」福音館 「だいじょうぶだいじょうぶ」講談社などがよいでしょう。そしてわかりやすくおはなしするために絵本を助手として利用してください。「どんなかんじかなあ」自由国民社（5歳児位）。「しんせつなともだち」福音館（2～3歳から）

絵本は子どもの気持ちのわかった作者が、子どもに伝えたいメッセージを子どもが関心のある題材を見つけてわかりやすく表現しています。大人が子どもに伝えたいことを伝えるための参考になると同時に、絵本の力を借りて（育児の補助として）伝えるとよいでしょう。今年絵本を「子どものためのもの」と思い込まずに保護者の育児の参考書としてまた、お子さんとの共通の理解のためのお手伝いしてくれるものとして利用されることをお勧めします。たくさんの絵本と出会ってください。そのことを通して自然とお子さんに良い絵本はどれか ということも解ってこられると思います。

お母さんが楽しいことが子育ての第一のポイントです。



今月の絵本

「育児のヒント」で山岸先生におすすめしていただいた絵本をご紹介します。

- 「いいこってどんなこ」（富山房）
作:ジーン・デモジット 絵:ロビン・スポート 訳:もきかざこ
- 「あかがいちばん」（ほるぷ出版）
作:キャシー・ステインスン 絵:ロビン・ベアード・ルイス
訳:ふしみみさを
- 「ちょっとだけ」（福音館書店）
作:瀧村有子 絵:鈴木永子
- 「だいじょうぶ だいじょうぶ」（講談社）
作・絵:いとうひろし
- 「どんなかんじかなあ」（自由国民社）
作:中山千夏 絵:和田誠
- 「しんせつなともだち」（福音館書店）
作:方 軼羣 絵:村山知義 訳:君島久子

おすすめレシピ

ひなまつりちらし寿司

【材料】(子ども1人分)

ご飯 40g (茶碗1杯分)

① 酢 1g、砂糖 2g

れんこん 15g、人参 10g

② 醤油 5g、砂糖 3g

錦糸卵 (飾り用) 7g

① ①を合わせたものと、ご飯を混ぜ合わせ、酢飯を作る

② れんこんと人参を②の調味料で煮る

③ 皿に盛った酢飯に②と錦糸卵を飾り付ける。(酢飯を花型に抜いたりしてもかわいいですね)

3月の伝統行事「ひなまつり」



古くから日本に受け継がれている文化や伝統行事など、親から子へ伝えて行きたい、心を豊かにする四季折々の行事を、ご紹介していきたいと思います。

【ひなまつりの由来】

昔は人形ひとがたまたは形代かたしろとよぶ草木や紙・わらで作った人形に、自分の災厄をうつして海や川に流しました。江戸時代になってから現在のよ様な段飾りが飾られるようになり、広く大衆の間でも行われる風習となりました。

【菱餅をお供えするのは？】

3色に彩られた菱餅は、下から白、緑、紅の順になっており、白は雪、緑は萌える大地、紅は桃の花を表し、「雪が解け、草が生え、桃の花が咲く」という日本の春を象徴しています。

(社団法人日本人形協会『人形小辞典』、

雛祭り・子供の日.com より)



健康ひとくちメモ

2月・3月は風邪やインフルエンザが流行しやすい季節です。次のようなことに気をつけて、元気な毎日を過ごしましょう。

- ・室温は20℃前後、湿度は50～60%に
…この時期のウイルスは低温と乾燥を好みます。
- ・手洗い・うがいをしっかりしましょう
…まだ自分で手を洗えないお子様も、石鹸を使用してお母様が洗ってあげましょう。
- ・十分な水分補給と栄養、休息と睡眠を
…十分な水分や栄養、休息や睡眠で体の抵抗力を高めましょう。

2・3月の予定

2月8・22日(金) 10:30～12:00

ミニ保健講座(8日)「冬から春にかけて多い病気」

(22日)「うちはこうして作られる」

…保健師によるテーマごとのミニ保健講座と健康相談を行います。(毎月第2・4金曜日)

2月15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～

毎月第3金曜日

…湘北短期大学岡本依子准教授と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」

<http://ameblo.jp/ayucc>からもご覧頂けます。

2月28日(木) 11:15～11:30

ミニ育児講座(2)「お母さんだいすき！」

…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。

3月14・28日(金) 10:30～12:00

ミニ保健講座(14日)「子どもの耳と病気」

(28日)「生活リズムと

子どもの成長・発達」

3月21日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット

3月26日(水) 11:15～11:30

ミニ育児講座(3)「がまんって大切？」



予約や申込みは要りません。

お気軽にご参加下さい。