

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。

将来、娘が『私のお母さん』という作文を書いたとしたら、
「私のお母さんは五時に起きてきちんとお弁当作ってくれて、家事もきちんとしてくれていました。でもいつも義務でやっているといった感じで、つまらなそうでした。そんな母を見ていて、生きるって、人生って、つまらないものなんだろうなあと思いました」と書かれるより、「私のお母さんはずっこけていました。でもいつもワクワクして楽しそうにしていました。そんな母を見ていて、生きるって、人生って楽しいことなんだなと思いました」と書かれない。
私は子どもに伝えることで一番大切なのは、生きることは楽しいということだと思います。
「輝く子どもが育つ54の方法」より 地山真生著（グラフ社2004年4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自由にくつろぎとお過ごし下さい。子育てがちょっと苦しいとき、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、ご了承ください。

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 6月号 No. 13

雨の降る季節は、外で元気いっぱい遊ぶことが出来なくて子どもも心なしか残念そう…。静かな雨音や心安らぐ音楽に耳を傾けながら、ほっと れもんていで一息…。どうぞいつでも自由にお越し下さい。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、湘北短期大学保育学科教授 野口周一先生です。

「おじいちゃん、今日はテレビを観たらあかん日やで」

「ノーテレビ・ノーゲーム・デー」を実践しているところがあります。京都市幼稚園PTA協議会が2008年9月から呼びかけを始めたのです。ねらいは家庭内のコミュニケーションを増やそうということです。会長の長屋博久さんはご自身の体験を、次のように語っています。

「その日帰宅したら、テレビ好きの父がテレビを観ていなかったんですね。聞けば、幼稚園から帰ってきた下の子に『おじいちゃん、今日はテレビ観たらあかん日やで』と、消されたらしい(笑)。ああ、子どもの感覚ってこんなものなんやなと」(『同志社時報』第127号、2009年4月)。ほほえましい光景ですね。

そういえば、私の高校時代には、NHKの『こんにちは奥さん』という番組が茶の間のお母様方に人気がありました。司会役は鈴木健二さんという花形アナウンサーでした。その後、鈴木さんは「テレビを消しなさい」という提唱を、『朝日新聞』に3度にわたって書いたのです。今から40年近くも昔のことです(1972年2月23日、3月1日、8日付)。その結果、鈴木さんは「内部告発者」としてNHKに居たたまれなくなり、海外取材班員として一時国外に避難したのです。

私たちはテレビを必需品と思い込んでいるわけですが、子どもたちはどうでしょうか。テレビを消すことによって、子どもたちは積み木で遊び出したり、本を読んだりして過ごし始めます。その情景を親が認識することにより、親子の絆も深まっていきます。

今月の絵本

「いつもいっしょに」作:こんのひとみ 絵:いもとよこ(金の星社 2008)

親として出来る限りのことをやってあげたい、という親心と愛情から、親は毎日一生懸命「子どものために」と頑張っているものです。おいしい離乳食や食事を愛情を込めて作ったり、たくさん育児書を読んで様々な“しつけ”に挑戦してみたり…。ですが、子育てはなかなか思うようにいかないことも多いものです。「せっかく〇〇してあげてるのに！」とついイライラしてしまうこともあるかも知れません。この絵本に登場するくまも、大好きなうさぎのために一生懸命ご飯を作ったり、お世話をします。ですが、うさぎはいつもニコニコしているだけ、何も言いません。ついにくまはうさぎに言うのです。「ぼくのことでどう思ってるの？なんとか言ってよ！」と…。人は何かを与えることで、無意識に相手に見返りを求めてしまいがちです。子育ても同じなのかも知れません。「子どもとはこうあるべき」という思いを一度リセットして、何が出来なくても「ただここにいてくれるだけでいい」と子どもの存在を理屈抜きで丸ごと受け止められると、見返りは必要なくなります。そして、お母さん自身もありのままの自分でよいのです。育児書や周りの目に戸惑ったり傷ついたり、焦ったりせずに、「母親とはこうあるべき」という理想像をリセットして、自分のペースで自分流の子育てを楽しんでいただけたらいいなと思っています。

ほっと れもんてい保育士 齋藤麻美

6・7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

6月3日(水) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「虫歯の予防について」

…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。

6月15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。

6月16・17日(火・水) 9:30～11:30

おもちゃの広場

…詳細はほっと れもんてい掲示板をご覧ください。

6月19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」

6月25日(木) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「子どもの居場所」

…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。

7月9日(木) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「熱中症について」

7月15日(水) 10:30～11:30

おおきなあれ (6月15日参照)

7月17日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット (6月19日参照)

7月17日(金)

あゆのこ保育園夕涼み会

…詳細は後日ほっと れもんてい掲示板をご覧ください。

7月22日(水) 11:00～11:30

ミニ食育講座 「離乳食の量について」

…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。

7月28日(火) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「子どもの本音」

※7月25日(土) 10:00～11:00

育児講座「お父さんと遊ぼう！」

※こちらの講座は申し込みが必要です

講師：(株)クリアサイト 長堂益丈代表

お父さんと一緒に体を思い切り動かして遊びましょう！
詳細は後日別紙にて配布・掲示いたします。

京都の取り組みも、「あれから週に一度、ノーテレビ・ノーゲーム・デーをつくっています」とか「親が遊んでくれるから楽しみという子どもの声があります」という反響があるそうです。鈴木さんも番組を担当しているうちに家庭の大切さを知った、せめて夕食時にはテレビを消さない、顔と顔を合わせるのが家庭で、それがなくなったら家庭は消滅するとさえ言っていたのです。私たちの米澤健一郎理事長(※注)には娘さんが3人いらっしゃって、ご家庭をお持ちの方もおりとのこと。米澤さんは、その娘さんのご家族もすべてふくめた米澤ファミリーを、電子メールによる家族新聞を出すことによって、その絆としているのです。そのお話を伺ったとき、私は「おお、米澤編集長か、おぬし、やるな」とひそかに唸りました。

最近、私が拍手喝采した新聞記事に「社会のドアは食卓に」(『東京新聞』3月1日付)があります。社会起業家の駒崎弘樹さんが「市民の意識を変えるには」の問いに、「残業せず、妻や子供と一緒に食卓を囲めるようにすることだ。家族は社会のドア。家族の話から地域社会や教育の問題が透けて見え、地域活動や学校に関わるようになる」と語っています。20代の駒崎さんの発想の柔軟さに感心しました。しかし、子どもたちはもっともっと柔軟なのです。

子どもたちにテレビを押し付けていたのは私たち大人なのですね。そして、私たちは子どもに何を期待しているのでしょうか。それは子どもたちの健やかな成長です。その成長をはかるためには、それぞれのご家庭で簡単に取り組める方法があるはず。要は、私たち大人どもにやる気があるかどうかなのです。

湘北短期大学保育学科教授 野口周一

※注 社会福祉法人湘北福祉会(あゆのこ保育園)理事長、学校法人ソニー学園(湘北短期大学)理事長

健康ひとくちメモ



「乳歯を大切に」

6月4日は虫歯の日です。虫歯の予防には、

①おやつなどの食べ物を工夫すること

(回数多く、ダラダラ食すること、寝前のおやつ、口に含む時間が長いおやつは注意しましょう)

②歯磨きを正しく行うこと

(仕上げ磨きをしましょう)

③フッ素を効果的に使用すること

(市販の歯磨き剤や歯科医院で塗布できます)

④歯を強くすること

(よく噛む、カルシウム、たんぱく質など多く含む食品をとりましょう)

などがあげられます。それでも虫歯になってしまったら、早めに治療することが大切です。お子さんのお口の中を観察してみましょう。

あゆのこ保育園保健師 山室八潮

食育メモ

「新じゃが」について

新じゃがは春に植えたものが、6月頃に出荷されます。水分を多く含んでいるので、とてもみずみずしく柔らかいです。

「大地のりんご」と言われるほどビタミンCが豊富で、りんごの8倍もあります。煮物や蒸かして食してみるのはいかがでしょうか？

あゆのこ保育園

調理員 荒川由佳