

## 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。

私は生き方として、何事も一生懸命努力していれば、ただそれだけで最高の人生だと思っています。

がんばってよい結果が得られたらうれしいものですが、がんばっていれば、

たとえ結果に結びつかなかったとしても喜びなのです。子育ても同じです。

子どもを一生懸命育ててきて、自分の望みどおりになれば最高にうれしいでしょう。

でも、望みどおりにならなかったとしても、あなたは精一杯がんばっているのだから、それで十分です。立派です。あなたはそのまま十分に立派なお父さん、お母さんです。

どうぞ、子どものことを受け入れるのと同じように、自分を認めてあげてください。

お父さん、お母さん、あなたも自分を肯定していいのです。あなたはあなたのままでいい。

「抱きしめよう、わが子のぜんぶ」より 佐々木正美 著（大和出版 2006年6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、遊びのひとつときなど、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 8月号 No. 14

ほっと れもんていの窓から見える向日葵や朝顔は、夏の暑さに負けずに日ごとにグングン成長しています。眩しい日差しの中、ほっと れもんていの涼しいお部屋でほっと一息。どうぞお気軽に遊びにいらしてください。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、若木保育園園長 / 社会福祉法人湖北福祉会監事 金子義男先生です。

## 「 ちょっと振り返ってみよう、しつけ 」

散歩に出て、道草をしながら歩いていた W ちゃんが、お地蔵さまを見つけてブツブツ言っています。注意して聞いてみると、「ナンマン、ダブ、ナンマン、ダブ…。ママ、怒らないで」 思わず口に出た 2 歳の W ちゃんの願いに、保育者は、普段はやさしい雰囲気のお母さんを思い浮かべながら、ドキッとしました。

小さい子どもにとって、一番頼りどころにしている、最も身近なお母さんに怒られる辛さは、並大抵のことではないでしょう。なぜなら、怒られると、自分らしくゆったりとした気分で安心していられる「お母さん」という頼りどころが、手の届かない遠い存在になってしまうからです。いつもやさしいお母さんなのにどうしてそんなことが、と不思議に思うかもしれませんが、小さい子どもにとって、その時そのときの対応が問題で、怒られたときは、お母さんのいつもの優しさが何の役にもたたず、不安に陥ってしまうのです。それは、こどもが育ってゆく（つまり、こどもが自分自身を育ててゆく）ための最も有利な条件を、奪い取ることを意味します。

ところが、現代の日本社会では、子育てで避けて通れないことがしつけの問題で、しかも、どうもしつけの手段として「怒る」ことが必須であるように誤解しております。しつけをするということは、善し悪しの区別をちゃんとわからせることで、そのために悪いことをしたときは、今後しないように、という意図で怒るわけです。もともと、気分次第で怒るお父さんお母さんも見かけますが。

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。

しかし、しつけの仕方は、日本では、明らかにある時代区分によって特徴づけられます。すなわち、明治時代以降のしつけは、江戸時代以前のそれとずいぶん違ってしまいました。江戸時代以前のしつけでは、怒ることは例外的であったようです。その理由は、「七つ前は神のうち」と言われ、乳幼児期（小学校に上がる年齢まで）はまだ神様の領域にあり、人間の手の届かない存在であるというふうと考えられていたからです。従って、乳幼児期は、神様の加護を得て育つので、社会の一員となってゆくのに必要なしつけの基本は、親や社会を通してこども自身が「見よう見まね」で身につけてゆくものでした。そのために親や地域社会ができることは、祈り励ますことでした。

現代では、児童心理学等の学問が進み、ある学説によると、6歳ころまでは理屈でものを判断することはできず、直感で判断するだけである、ということがわかってきました。これは、しつけは通じないということです。なぜなら、しつけは、理屈・論理的な事柄だからです。5歳の女の子が言いました。「ママ、そんなに怒らないでよ。〇〇ちゃん（妹）は未だちっちゃいんだから、未だ分からないんだから、怒るママが悪いんだよ！」

## 今月の絵本

### 「おかあさんになるってどんなこと」

作: 内田麟太郎 絵: 中村悦子 (PHP 研究所 2008 年)

「お母さんになったら、こんなお母さんになりたい」・・・子どもが生まれる前、どんなお母さん像を思い描いていましたか？そして、子育ての真っ最中の今、たくさんの心配や不安、ちょっぴりイライラする気持ちも抱えたりしながら、「私ってダメなお母さんかも・・・」など、思い描いていたお母さん像とのギャップに落ち込んでしまうこともあるかも知れません。

では、子どもから見たお母さんは、一体どんなお母さんが「いいお母さん」なのでしょう。「怒らないお母さん」「優しいお母さん」だったら子どもが言うことを聞いてくれるのでしょうか。もちろんそんなことはなく、「いいお母さん」ではなくとも、子どもはお母さんのことが大好きです。たとえちょっと怒りんぼでも、おっちょこちょいでも、お母さんがそこにいてくれるだけでいいのです。つないでくれる手の温かさ、病気の時きやつらいときに寄り添ってくれる安らぎ、我が子の名前を呼ぶときの声…。何気ない生活の1シーンの一つ一つが、子どもにとっては憧れであり、また誇りでもあるのだということに、この絵本は気付かせてくれます。人生の中で、人に誇りに思われ、憧れられる体験というのはきっと数多くあることではないでしょう。ちょっぴり子育てに自信をなくしてしまいそうな時、どうぞお子さんがお母さんを誇り・憧れと思う気持ちを思い出してみてください。そんな元気や自信をちょっぴりもらえる絵本です。

ほっと れもんてい保育士 齋藤麻美

## 食育メモ

### 「トマトについて」

トマトの酸味は食欲を増進させたり、体内の余分な塩分を排出して高血圧を予防する効果があります。赤い色はリコピンという色素で、がん予防にも効果があります。スープや煮込み料理にも適していますが、生で食べるにも美味しい季節です。

あゆのこ保育園  
調理員 荒川由佳

## 健康ひとくちメモ



### 「熱中症について」

熱中症は日射病や熱射病などの総称です。小さいお子さんは、体の水分量が大人よりも多いこと(子ども 70～80%、大人 60%、高齢者 50%が水分)、自分で喉が渴いたことを伝えられないこと、腎臓の機能が未熟なことから、熱中症になりやすく注意が必要です。なんとなく元気がなく、いつも通りに動けない、ボーっとしている、気持ちが悪い、吐く、フラフラ(ゴロゴロ)しているなどの症状がある場合は、熱中症を疑い、水分(麦茶やイオン飲料など)を取り涼しい場所で休みましょう。特に夏は、アスファルトの照り返しが強く、ベビーカーに乗っているだけでも水分が失われます。日ごろから通気性の良い衣服、外出時の帽子着用、こまめに水分補給をするなど心がけましょう。熱中症は夏だけの病気ではありません。激しい運動をした後や車の中、暖房の効いた室内など季節を問わず起こる場合がありますので、注意しましょう。

あゆのこ保育園 保健師 山室八潮

## 8・9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

**8月4日(火)** 10:30～11:30

**ミニ保健講座 「夏に多い病気」**

・・・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。

**8月7日(金)** 10:30～11:30

**人形劇「ヘンゼルとグレーテル」**

・・・湘北短期大学保育学科学生人形劇サークル OFC による人形劇の公演です。ぜひ親子で楽しくご観覧ください。

**8月19日(水)** 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。

**8月21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」

**8月26日(水)** 11:00～11:30

**ミニ育児講座 「子どもなりの理由」**

・・・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。

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。

**9月3日(木)** 10:30～11:30

**ミニ保健講座「事故・応急処置について」**

(8月4日参照)

**9月15日(火)** 10:30～11:30

**おおきなあれ** (8月19日参照)

**9月18日(金)** 13:00～14:30

**ちょっとチャット** (8月21日参照)

**9月25日(金)** 11:00～11:30

**ミニ食育講座 「手づかみ食べについて」**

・・・あゆのこ保育園栄養士によるテーマごとの

**9月29日(火)** 11:00～11:30

**ミニ育児講座 「どうして大切？抱っこ」**

**※9月5日(土)** 10:00～11:30

**育児講座「反抗期とのお付き合い ～発達心理学から考える～」**

**※こちらの講座は申し込みが必要です**

講師：湘北短期大学保育学科講師

照井裕子先生

詳細は後日別紙(またはHP)にてお知らせします。