



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。

赤ちゃんのお世話は、実際にやってみないとわからないことがたくさんあります。

ママもパパも親になったばかり、最初から上手に出来なくて当然です。

少しずつできるようになるからだいじょうぶ。

そのためには、くり返しやってみる事です。

赤ちゃんは小さくて頼りなげに見えますが、見かけほどヤワではありません。

生まれてきたというのは、育つ力をもっているということです。

その力を信じて、気負わず、赤ちゃんといっしょに自分たちも育っていけばいい、

くらいの脱力加減でよいのだと思います。

NHK すくすく子育て育児ビギナーズブック「赤ちゃんケア」より 川野元子監修（NHK 出版 2010年2月発行）

ほっと れもんてい ニュース

8月は夏休みに入った幼稚園のお子さんが利用して下さり、大変賑やかでした。お盆のお休みを利用して旅行されたり、夏の遊びを満喫されたとの声をよくお聞きし、日焼けをして元気いっぱいのお子さんの姿を見ることができました。9月は、0歳、1歳のお子さんを中心にたくさんの方がほっと れもんていを利用して下さっています。初めての方も何回もご利用くださっている方も、お話ししながら和やかに過ごされている様子を見て、心が安らぎます。また、先日、湘北短期大学保育学科の齋藤久美子先生を講師にお招きし、「子どもの遊びと発達の姿」をテーマに育児講座を開催しました。お父さんの参加もあり、「1人遊びばかりしている」、「お友達と仲良く遊べない」など日頃心配されている内容について専門的な視点からお話して頂きました。講座の様子はDVDで貸し出しも行っています。ご興味がある方は是非お声かけください。

さて、ほっと れもんていには、10月下旬に“おもちゃの広場がやってきます。世界中のいろいろなおもちゃに触れることができますので、こちらもお楽しみください。また、日本ではあまり盛んではありませんが、ハロウィンの雰囲気を楽しみたいと思います。スタッフに是非トリック・オア・トリート“と言ってみて下さいね。

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。

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。

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。

地域子育て支援拠点事業(ひろば型)

ほっと れもんてい

2011年 10月号 No. 27

日差しがだんだんと柔らかく感じられるようになってまいりました。お散歩を楽しむのにはとても良い季節ですね。お子様と一緒に小さな秋を探しながら、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、『育児のヒント』を記載しています。

今回は、東京都市大学人間科学部児童学科教授 山岸 道子先生です。

「まだ あかちゃんと思わないで・・・」

あどけなく かわいい3歳未満の時、でも子どもの内面はかなりなスピードで発達をしています。そしてよく振り返ってみると「幸せな人生」を送るために大切な発達の基礎づくりをしているのです。それを育むのがこの時期の大切な育児です。でもその時期にできなかったからといって落ち込まないでください。人間は何時でも気付いてやり直しができますから・・・ 2点を軸にお伝えしたいと思います。

1 乳児は自分の命を守るためにさえ何もできません。必死で自分の命を守る人を探します。それを「アタッチメント(愛着)の形成」といいます。たいていはお母さんで(お母さんを頼り大好きになることで)自分の命を守ります。でもそれは人間関係の始まりで、拠り所を得て人生に勇敢に、意欲的に取り組む原点です。甘えを十分に受容しましょう。そうすれば3歳できれいに自立できるのです。甘えの受容がわがままや甘ったれの子になるということは全くありません。これはやがてよい人間関係を育み・しつけを素直に受け入れ・社会人として大切なことを身につけ、情緒が安定し、意欲的に物事に取り組むことのできる子に育てるスタートです。それらはアタッチメントの形成の結果です。

それは 8か月の「人見知り」のころが軸になります。これは人嫌いではありません。お母さんとの関係を初めての人間関係として学び始めているので他の価値観を持っている母親(アタッチメントの対象)以外の人とはしばし交流を持たないというサインです。

それは母親との「送信 → 受信 → 返信」という人生最初のコミュニケーションなのです。そのためにどうぞわずかなひと時 I期 6カ月～1歳3カ月 II期 1歳3カ月～3歳を人生に二度とない母親(アタッチメント対象) 求めと認識され受容に努力してください。必ず「お母さんもういいよ」とおひざからさって、自立ができた時を迎えるのですから。

2 「自己実現」ができることは人間の幸せです。その源がなんと2歳児の「自我の目覚めの時期」です。自分の考えが出てきてそれにこだわるのととえ大好きなお母さんのいうことでも自分の意見を譲れなくなります。それが人間が「自分として生きる」ということです。「指示待ち人間」にならず 自分で考え 自分で判断、行動し生き抜いていく重要なことです。この時期は一般的に「反抗期」といわれますが、その言葉は「悪い子・困った子」のように感じます。この言葉は変えたほうがいいのです。自分の意見が出てその子がその子らしく生きる源です。ですから一つ一つの事について「1)十分に説明し 2)選択させてあげて(いくつかの選択肢を必ず与える) 3)子どもが選択したことを評価する」このような関わり方が自我を大切に伸ばして行く重要な育児法なのです。

東京都市大学人間科学部児童学科教授 山岸 道子

今月の絵本



～お勧め絵本のご紹介～

『しろくまちゃんのほっとけーき』

作・絵:わかやまけん(こぐま社 1972年)

しろくまちゃんがお母さんと一緒にホットケーキを作るお話です。出来上がるまでの過程ひとつひとつが丁寧に描かれているので、絵を見ているだけで、自分で焼いているかのような気持ちになれる絵本です。『ぼたあん だろだろ ぴちぴちぶつぶつ…』ホットケーキが焼けていく時の音の表現がとても豊かで子どもだけでなく一緒に読んでいる大人も楽しめます。出来上がったホットケーキはこぐまちゃんと一緒に食べ、最後は二人で仲良くお片付け。

子どもは大人がしていることをとてもよく見えています。大人がして自分たちが普段出来ないことや、させてもらえないことは子どもたちにとって“特別なこと！”。言葉には出さなくても、子どもたちの目にはすごいな、自分もやってみたいな、と憧れの対象として映っていることでしょう。

この絵本は自分で作ってみる楽しさや喜び、出来上がった時の感動、そして誰かと一緒に分け合っただけのものを食べることの楽しさを読む人の心にストレートに伝えてくれます。もしも自分の中に気持ちの余裕が少しあったなら、お子さんと一緒にホットケーキを焼いてみても楽しいかもしれませんね。“食べる”ということへの期待感や幸福感がふんわりと心に広がっていく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

食育メモ『千歳飴』11月15日

～七五三にちなんだ食べ物のご紹介～



千歳飴といえば、“七五三”と皆さんすぐに思い浮かべられるのではないのでしょうか。子どもが大人になるための人生の節目の通過儀礼として現代でも残っているものひとつが、この七五三です。

江戸時代くらいまでは武家社会では子どもの成長を祝う儀式に、三歳男女児は髪を伸ばし始める「^{かみおき}髪置き」、五歳男児は初めて袴をつける「^{はかまき}袴着」、七歳女児は、それまで帯の代わりに付けていた付け紐をとり、本仕立ての着物と丸帯という大人の装いをする「^{おびとぎ}帯解き」の祝いが行われていました。庶民には江戸時代の末ごろになって広まり、明治時代以降、11月15日に七五三の祝いが行われるようになりました。11月15日は古い暦で、すべてにおいて大吉で、祝い事にはこれ以上ない日だったからともいわれています。

千歳飴は江戸時代の元禄のころに浅草寺門前で飴屋がさらし飴がよく伸びることから縁起物として売り出し、全国的に広がったものといわれています。千歳には千年という意味から長寿の願いがこめられています。そして、飴を作るときに引っ張って長く伸ばすことから子どもが長生きできるようにという願いがこめられているそうです。

(参考:新藤由喜子著『年中行事・記念日から引ける子どもに伝えたい食育歳時記』、ぎょうせい、2008年)

健康ひとくちメモ 子どもの目の発達 ～10月10日・目の愛護デー～

子どもの目は、出生時にすでに対応反射や光り刺激に対する瞬きがあり、視力が0.02程度あると言われています。生後1カ月～1ヶ月半で両親の顔を見ることが可能になり、生後2ヶ月頃で動きを目で追う(追視)ことができるようになります。3歳には1.0の視力が、6歳で大人と同じ程度の視機能になります。また、成長とともにいろいろな視刺激を受け、立体感、遠近感、色覚などの視覚機能・調節機能が発達していくのです。この時、何らかの理由で物が見えにくい状態におかれ視刺激が与えられないと、子どもの視機能の発達は止まってしまう場合があります。もし、お子さんの目や物の見方などについて“何かおかしいな?”と感じた場合は、早めに専門医にご相談されると良いですね。

参考:山田真、山中龍宏、池亀卯女監修『こどもの体 安全 健康』、フレーベル館、2007年 保健師 山室八潮

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4日(火) 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13日(木) 午前の部 10:30～11:30

おおきくなあれ 午後の部 14:00～15:30

～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21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/ayucc>からもご覧頂けます。

10月27・28日(木・金) 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31日(月) 11:00～11:30

ミニ育児講座 「散歩について」

…あゆのこ保育園保育士が、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すようお願いいたします。

11月4日(金) 10:30～11:30

ミニ保健講座「予防接種について」

(10月4日参照)

※**11月12日(土)** 10:00～11:30

育児講座「ぬりぬり、ぺちよぺちよ」

～おやこ造形遊び～

講師:熊井 真美 氏(ベイビー・ミーツ・アーツ)

対象:クレヨンを口に入れなくなったくらいのお子さん

～就学前のお子さんとその保護者

※こちらの講座は申し込みが必要です。

申込みの詳細は別紙チラシ・HPにてお知らせ致します。

11月15日(火) 午前の部 10:30～11:30

おおきくなあれ 午後の部 14:00～15:30

(10月13日参照)

11月18日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット (10月21日参照)

～親子遊びとテーマを決めたおしゃべり会～

※**11月22日(金)** 11:30～12:40

ミニ食育講座 「よく噛んで食べよう」

…完了食・普通食が食べられる1歳前後のお子さん4組対象です。保育園の給食を食べてみませんか?

※こちらの講座は申し込みが必要です。

ほっと れもんていまでお申し込み下さい。