

## 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。

不安やイライラや怒りといったマイナスの感情を、  
わたしたち親は日頃どんなふうに出しているのでしょうか。  
子どもの前で、むやみに感情的になるのはもちろんよいことではありません。  
が、だからといって、感情を押し殺すのもよくありません。  
子どもというものは、親が隠そうとしても、親の気持ちを感じとるものです。  
ですから、子どもの前では気持ちに嘘をつかないことが一番いいのです。

「子どもが育つ魔法の言葉」より ドロシー・ロー・ノルト/ レイチェル・ハリス 著  
石井千春 訳 (PHP研究所 1999年9月発行)

## ほっと れもんてい ニュース

10月にはおもちゃの広場、11月には育児講座を開催しました。おもちゃの広場をご利用下さいましてありがとうございました。少々混雑してしまいましたが、たくさんの方が普段なかなか触れることのできないたくさんのおもちゃで遊ぶことができました。育児講座「ぬりぬり ペちよぺちよ」では、慣れない筆を持って楽しそうに描くお子さんの姿があり、味のある作品がたくさん出来上がりました。残念ながらご参加いただけなかった方々には、大変申し訳ありません。次回講座のお申し込みもお待ちしております。また、ほっと れもんていで開催しているイベントの内容等はいつでもご紹介することができますので、いつでもスタッフにお声かけください。今後、“こんなイベントをやってほしい”などのご意見もお待ちしております。

寒さも本格的になり、早いもので今年も終わりに近づいていますね。日中温かい日は外遊びをされているのでしょうか、お部屋は比較的空いていてゆったり過ごせると思います。年末は12月29日(木)～1月3日(火)までお休みとなります。1月4日(水)より通常通り開室しますので、どうぞお気軽にご利用ください。

担当: 山室八潮



## 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 12月号 No. 28

だんだんと風が冷たく感じられるようになってきました。空の色も冬らしく澄んだ青さが見られるようになってきましたね。あたたかいお部屋でのんびりとしたひとときを過ごして頂けるよう、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していただけたらと、『育児のヒント』を記載しています。今回は、茅ヶ崎市こどもセンター 小池良一先生です。

### 「ことばを理解するために」

茅ヶ崎市で療育相談業務に従事し、早くも17年以上経ちました。相談員を行い始めたころと比べると、保護者、子ども、地域全体のコミュニケーション能力や想像力が弱くなっているように感じます。そのためか、育児も年々難しくなっているようで、私が勤める茅ヶ崎市こどもセンターでも相談件数は年々増え続けています。このような時代の中、今回は幼児期前半(1歳から4歳まで)の子どもの育児をする保護者の方に向け、育児の視点を1つだけお伝えさせていただきます。

「言葉だけで伝えようとしない」

子どもは、3歳を過ぎるとずいぶん話すことができます。しかし、その年齢の子どもの言葉は、「繰り返しの言葉」、「自分のイメージだけからくる言葉」、「伝えたい気持ちだけが先行している言葉」が多いようです。先日も、遊園地で3歳くらいの男の子が、「チョコの上にアーモンドがのっているおいしいアイスを買ってよ、ママ！赤い三角の。食べるとニコニコになるアイスを買って！」と母親に自分の知っている言葉で訴え続けていました。母親は、「あとで買ってあげる」、「お金がないから買えない」、「昨日、買ったよね」、「お家の冷蔵庫にヨーグルトがある」、「チョコはダメ。おにぎりをたべなさい」と少し叱り気味で伝えていました。子どもは、母親からの言葉をシャワーのように浴びたため、さらに興奮し、号泣し、最終的には激しい癇癪を起こしました。楽しいはずの遊園地が散々な結果となってしまったのです。

ここで、考えてみましょう。幼児期前半は、一見、言葉を理解し、話しているように見えても、実はコミュニケーションに必要な想像力(時間・空間)に、まだまだ幼さがあります。言葉をしっかり理解することが難しいのです。つまり、「子どもが話しているレベル位の話し方をしても全て理解するとは限らない」ということです。「あとで買ってあげる」といっても、「買ってあげる」という言葉だけが耳に残り、「あと」の言葉の意味がわからなかったり、聞けなかったりするため混乱が始まるのです。こんな時は、言葉だけでなく、子どもの視覚

## 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。

に訴えたり、環境を変えたりすることが有効です。例えば、あらかじめ鞆にしまっておいた子どものお気に入りのミニカーや小さなぬいぐるみを差し出したり、アイス売場から離れて一緒に飲み物を飲むことも一つの方法かと思えます。この話をすると、子どもの気持ちをごまかしているのでは？ 我慢させる気持ちが育たないのでは？ 大きくなってから心配！という保護者の声が聞こえてきます。しかし、心配はいりません。大人が子どもの発達を理解し、子どもの気持ちに寄り添う育児を行うことで、子どもの情緒は安定し、相手の気持ちに合わせる力がつきます。上から目線で子どもがわからない言葉で説得されることは社会性の育ちを阻みます。言葉だけのコミュニケーションではなく、日々、「子どもの発達を理解し子どもとコミュニケーションをとる」そんな育児が子どもの社会性を育み、コミュニケーション、想像力を高めます。そして、その子どもたちが人間性豊かな大人となり、夢や希望のある日本、世界をつくっていくのでしょう。

茅ヶ崎市子どもセンター 小池 良一

## 健康ひとくちメモ

### 「感染予防をしましょう」

風邪やインフルエンザ、嘔吐・下痢などの冬の感染症が流行する時期になりました。これらの感染症を予防するには、石鹸手洗い、うがい、マスク、十分な休息が大切です。特に手洗いは、石鹸自体の殺菌効果は乏しいですが、泡に細菌・ウイルスを取りこんで洗い流すことができるため、よく泡立てて手洗いすることが感染予防に大変有効です。細菌やウイルスの玄関口は口、鼻ですので、食事やおやつ前後、外遊びの後、トイレの後など、正しく手洗い・うがいを行いましょう。また、手を拭く際に使うタオルにも注意が必要です。濡ったタオルを放置しておく、そのタオルが細菌の宝庫となり、手洗った後にそのタオルを使用することで細菌を手につ着させることになるからです。

出生時に得られている母体免疫は生後6カ月頃に少なくなり、免疫がない状態になってしまいます。その後、成長・発達に伴って体が丈夫になり、また、様々な細菌やウイルスにさらされることによって免疫が獲得されていきます。大人に比べると子どもの免疫力は弱いので、風邪等が流行する時期は、感染予防に気を付けて生活しましょう。上記以外にも、家庭のドアノブや取っ手など、よく触れる部分を消毒用アルコールや次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなどの薄め液）で消毒することも効果的です。

保健師 山室八潮

## 今月の絵本



～お勧め絵本のご紹介～

### 「ちょうどいいよ」

作：竹下文子 絵：鈴木まもる

(佼成出版社 2010年11月発行)

自分で出来ることが少しずつ増えていくことは、“大きくなった！”と実感でき、子どもにとっても嬉しいこと。でも、小さいからこそ甘えられるという特別感も幼い子どもにとっては嬉しいことなのです。 “もう赤ちゃんじゃないよ！”とちょっと背伸びしたいような気持ちと、“まだ大きくないよ、小さいよ…”と甘えたい気持ち。この絵本はそんなふたつの気持ちの間で揺れ動くゆいちゃんという女の子のお話です。

ゆいちゃんは、このふたつの気持ちの間で揺れ動きながら『自分は、本当は大きいのか？それとも小さいのか？』と疑問を持ちます。成長していく過程で誰もが一度は似たような疑問や不満を感じることはないのでしょうか。また、自分では出来ると思っていても、思ったようには出来なくてひとりで怒りだしたりする、なんてことがあるのもちょうどこの時期ですよ。それは、子どもが自立に向かって一歩踏み出そうとしているからこそ、必要な心の葛藤です。子どもは大きくなったと感じられる自分と、まだ小さいと感じられる自分の間を行ったり来たりしながら、一歩一歩成長していくのです。

このお話はそんな子どもの心が読む人にストレートに伝わり、こんなことある！と、親子で一緒に共感できる絵本です。子どもの揺れ動く心に上手く付き合いつつ、ゆったりと成長を見守っていける気持ちのゆとりが持てたら良いですね。

ほっと れもんてい保育士 小島真由美



## 食育メモ『年越しそば』12月31日 ～大晦日にちなんだ食べ物のご紹介～



大晦日の夜に食べるもの、といえば“年越しそば”を思い浮かべられる方が多いのではないのでしょうか。

大晦日の夜にそばを食べて過ごすというのは、元々江戸時代中期頃には月末にそばを食べる「三十日そば」の習慣があり、大晦日のみにその習慣が残ったと考えられています。また、そばのように家運も寿命も細く長く続くように願ったり、金銀細工師たちの仕事納めに仕事場に飛び散った金や銀の粉をそば団子で叩いて集めたことから、そばを食べて来年もよく金が集まるようにと願い、縁起物として食されるようになったという説などがあります。

地域によっては年越しにうどん(うどん＝運を呼ぶ)を食べるところもあります。そばはアレルギーを起こすことがありますので、小さなお子様はうどんを食べて年越しなんて、いかがですか？

大晦日は一年の締めくくりの日です。家族みんなで食卓を囲んでゆったりと過ごし、会話を楽しみながら福を呼び寄せられたら素敵ですね。

(参考: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)

## 12・1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。

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。その他、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。

**12月6日(火)** 10:30～11:30

ミニ保健講座 「冬の病気」

…あゆのご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。

**12月15日(木)** 午前の部 10:30～11:30

おおきなあれ 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。

**12月16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。

**12月21日(水)** 11:00～11:30

ミニ育児講座「絵本について」

…あゆのご保育園保育士より、育児の中でヒントになるようなミニ育児講座を行います。

**1月11日(水)** 10:30～11:30

ミニ保健講座「子どものくせ」(12月6日参照)

**1月17日(火)** 午前の部 10:30～11:30

おおきなあれ 午後の部 14:00～15:30

(12月15日参照)

**1月20日(金)** 13:00～14:30

ちょっとチャット (12月16日参照)

**※1月13日(金)** 11:30～12:40

ミニ食育講座 「離乳食の進め方」

…離乳食・中期の形状(舌でつぶせる固さ)が食べられる7・8ヶ月前後のお子さんとその保護者 4組対象です。

**※こちらの講座は申し込みが必要です。**

**申し込みの詳細は別紙チラシ・HPにてお知らせ致します。**

**※1月28日(土)** 10:00～11:30

育児講座「親子で楽しむ簡単クッキング」

～食べる意欲を育てよう～

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、「押す」「混ぜる」「型抜き」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:あゆのご保育園栄養士:石井知果子

対象:2・3歳前後のお子さんとその保護者の方

**※こちらの講座は申し込みが必要です**

**申し込みの詳細は別紙チラシ・HPにてお知らせ致します。**