

## 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。

お友だちの集団に入っていけなかったり、お友だちになかなか「イヤ」と言えないお子さんが、ママを相手にダダをこね始めると、お友だちに対しても自己主張できるようになってくるということがよくあります。自己を主張するという、未経験の自信がもてない行動にチャレンジするのに、子どもはいちばん安心感のもてる相手を選ぶのです。「パパやよその人や先生の言うことなら素直に聞けるのに……。私だけにダダをこねるのは、きっと私のことが気に入らないんだわ」なんて悩まないでくださいね。「いちばん安心感のもてる試合相手」として、ママが選ばれたのですから！

「ガマンの日々にさようなら 心を抱きしめると子育てが変わる」より 萩原 光 著(主婦の友社 平成14年5月発行)

## ほっと れもんてい ニュース

4月に入り、新しい生活を始められる方も多いと思います。暖かくなって参りましたので、“抱っこじゃなくてベビーカーでお散歩してみようかな？”、“公園で遊んでみようかな？”、“砂場で遊んでみようかな？”とお子さんが“初めて”を体験することも多いことでしょう。ほっと れもんていにも新しい利用者さんが見えています。保育園の門の扉をたたくのは少し勇気が必要かもしれませんが、スタッフ一同、皆様との出会いをお待ちしております。また、4月～10月のお天気の良い日は、ほっと れもんてい横の乳児用砂場の開放(14:00～16:00)を再開します。こちらでもご利用をお待ちしております。

さて、ほっと れもんていでは、3月にアンケートをご記入頂きました。「紙芝居を読んだりする機会が欲しい」、「歌や手遊びを皆でしたい」、「イベントをたくさんしてほしい」など、いろいろなご意見を頂きました。お忙しいところご協力頂きありがとうございます。皆様のご意見をもとに、今年度も活動していきたいと思っております。

どうぞよろしくお願い致します。



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。

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

2012年 4月号 No. 30

若葉のやさしい緑で包まれる季節がやってきました。

お子さまと一緒に心地よい春の日差しと風を感じながら、どうぞ気軽にお立ち寄りください。いつでも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いたら、『育児のヒント』を記載しています。

今回は、社会福祉法人湘北福祉会 あゆのこ保育園 町田和子園長です。

## 「急がば、まわれ!？」

4月に入り、あゆのこ保育園でも0歳児・1歳児を中心に新たなお子さんを受け入れています。

入園前には、それぞれの親子さんと個別に面接をさせていただきます。その際、お子さんの健康面・食事・排泄・生活のリズムなどについて、ご家庭での様子や保護者の方のご心配などを丁寧に伺っていきます。その他にも、好きな抱っこの形、ウンチが出そうになった時の顔の表情、お出かけの時に持っている安心なぬいぐるみのことなど・・・、何気ない事のように、実はとても貴重な情報をたくさん教えていただきます。子ども達の育ちをご家庭と園とで途切れることなく繋げていくために、このような保護者の方とのお話はとても大切なのです。

面接の際、「こんな子に育てて欲しい」というお子さんに対する夢や、「子どもを育てる上で大切にしてきたこと」など、保護者の方の想いも聞かせて頂きます。お子さんに対する愛情を感じ、改めてお預かりすることへの責任を感じます。

子育てに対する思いは一人一人皆違います。保護者の方の思いに寄り添いながら、お子さんのよりよい育ちのために専門性を活かしていくこと、それが保育所の役割です。そして、そのためには保護者の方ときちんと信頼関係を築けるかが重要なポイントとなります。保護者の方が園を信頼してお子さんを預けてくださると、不思議なことに子どもも穏やかに過ごせるのです。親の「安心感」が子どもに影響するのですね。

「今日はAちゃん、朝から落ち着かないようだけど、どうしたのかしら？」「最近、Bちゃんのかみつぎが気になるけれど・・・？」など、子どもの行動が気になる時があります。園だけで考えていてもよい解決策は見つかりません。日中のお子さんの様子を丁寧に伝えながら一緒に話をさせていただくと、その原因らしきものが見えてきます。「実は、夫の単身赴任が決まって・・・」「妊娠したことが分かって・・・」「最近、夫の家族とうまく行かなくて・・・」など、少しずつ心を開いて下さり、本音もポツポツと出てきたりします。お子さ

んの気になる行動には、親の不安や環境の変化などが要因となっていることも少なくないのです。

親がリラックスして、気持ちが安定していること。子ども達の心が安定するためには、やはりこのことが基本のように感じます。ご家庭で子育てされていて、お子さんのことで気になることがあったら、どうぞ遠慮なく「ほつと れもんてい」に遊びに来て、心配なことや気がかりなことをお話してください。話しているうちに気持ちが少しずつ整理されて、心にゆとりが生まれてくることでしょう。そんなことから、お子さんへの係りも変わってくるのではないのでしょうか？ 親が変われば、子どもも変わります。「急がばまわれ」という諺もありますね。目の前のお子さんの行動だけに目を向けるのではなく、ご自分の心のコンディションも整えていきましょう！

社会福祉法人湘北福祉会 あゆのこ保育園園長 町田和子

## 健康ひとくちメモ 「子どものくつ」



暖かくなり、外遊びが楽しい季節になってきましたね。初めて靴を履いて戸外を歩くお子さんもいらっしゃることでしょ

う。子どもの骨は、大人のようにしっかりした骨ではなく、軟骨の部分が多いので、靴の影響は大人より大きく現れます。“すぐに小さくなるから”と大きめの靴を買うと、足の発達に好ましくないだけでなく、歩く姿勢や行動にも影響してしまいます。大きすぎる靴は歩いていて“かかと”が脱げるため、疲れるだけでなく運動機能にも影響します。一方、小さい靴は指先が動かせないため、足にある小さな筋肉の発達が十分に促されません。

子どもの靴はスタイルやファッション性だけで選ばずに、機能性に優れたものを選びましょう。①足先に適度な高さで幅にゆとりがあるもの、②つま先に0.5～1cm位の余裕があるもの、③足の甲の部分にひもかベルトがあり、足をしっかり固定出来るもの、④歩く時の足の屈曲に合わせて、つま先から1/3くらいのところの底面が曲がるもの(適度な強度があるとよい)、⑤かかと部分がしっかりしているもの、⑥通気性がよく洗いやすいものなどなど。お店のシューフィッターやアドバイザーさんに見て頂くと良いですね。尚、おさがりなど、履きくせのついてる靴は注意が必要です。お子さんの足はすぐに大きくなりますので、3ヶ月に1度程度は靴が足に合っているか確認しましょう。

保健師 山室八潮



## 今月の絵本

～お勧め絵本のご紹介～



### 「いちにのさんぽ」

作: ひろかわさえこ

(アリス館 1999年 3月発行)

『いちに いちに いちにの さんぽ…』と、散歩に出掛けると、アリや犬、クマに出会います。そして、誰かに会おうたびに『いっしょに おさんぽ しましょうか』と誘い、どんどん一緒に散歩をする友だちが増えていくというお話です。

簡単な言葉の繰り返しでお話が進んでいくので小さな子ども達にも分かりやすく、またリズムカルな言葉の繰り返しからは、心が弾むような楽しさも感じられ、絵本を読んでいると散歩に出掛けたくなってくるお話です。

小さな子ども達にとって、外には好奇心をかき立てられるものがいっぱい！道端に落ちている何の変哲もない小石も、肌を撫でる風も、小さな虫や建物、車…目に映るもの、肌を感じるもの全てが子ども達には興味の対象です。

これから散歩にはとても良い季節になりますね。“今日は誰(何)に出会えるかしら？”と、親子でゆったりと散歩を楽しんでみてはいかがでしょうか。

心がウキウキと軽やかになってくる、そんなほのぼのとした温かさが感じられる絵本です。

保育士 小島真由美



## 食育メモ『食育ってなあに？』



食育基本法では、食育を「生きる上での基本で、知育・徳育・体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。難しいようですが、乳幼児期に必要な食育は”おいしく食べて、楽しく食べて、すくすく元気に生きること”ではないでしょうか？体はその人が食べたもので成り立っており、子どもが成長していくとき、その素材やエネルギーはすべて食べ物から取り込みます。そう考えると、何をどれだけ食べるかということをおろそかにはできません。飽食の時代の私たちを取り巻く「食」の事情は大きく変化し、生活習慣病の不安や食の安全性、孤食や欠食など様々な課題が伺えます。いろいろな食べ物を美味しい、一緒に食べる

と楽しいと感じられるお子さんを育てていきたいですね。 参考:いただきます ごちそうさま、2009、vol.27

## 4・5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。

**4月4日(水)** 10:30～11:30

### ミニ保健講座

「生活リズムをととのえよう」

…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。

**4月13日(金)** <午前> 10:30～11:30

**おおきなあれ** <午後> 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。

**4月20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～

…湘北短期大学保育学科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> からご覧頂けます。

**4月25日(水)** 11:00～11:30

### ミニ食育講座

「体調が悪い時の食事」

…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。

**5月8日(火)** 11:15～11:30

「おはなし なあに？」

…あゆのこ保育園保育士による絵本や紙芝居などの読み聞かせを行います。

**5月15日(火)** <午前>10:30～11:30

**おおきなあれ** <午後>14:00～15:30

(4月13日参照)

**5月18日(金)** 13:00～14:30

**ちょっとチャット** (4月20日参照)

**5月19日(土)** 10:00～11:30

**育児講座 「音とあそび！」**

～親子で楽しむ音楽の時間～

**講師：親子で楽しむ音楽の時間 SUN - HEART 東野先生、伊井先生、浅石先生**

…いろいろな音に触れながら、お子さんと一緒に歌ったり、踊ったりしてみませんか？パパも大歓迎です。

**※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。**

**5月24日(木)** 11:00～11:30

### ミニ食育講座

「食事の量とおやつについて」(4月25日参照)

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致します。