

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。

なんでも、「自分で!」「自分で!」というくせに、急にかんしゃくを起こしたり、足にまとわりついてきたり、と「えっ?どうして」と思うことがありますよね。それは、1歳後半から3歳の特徴で、「依存と自立」を行ったり来たりしているのです。

もちろん、成長したい!成長した自分がウレシイ!

という気持ちの芽は伸びているのですが、精神的にはとても不安定なので、

お母さんに甘えることで気持ちが安定するのですね。

“甘え”と“自分で!”をくり返しているのは、心が大きく成長するサインです。

どうぞ、心配しないで、たっぷり甘えさせてあげてください。

すると、安心して大きく自立できるのです。

「がんばりすぎない子育て 困った時はラブラブ抱っこでうまくいく」より

増田かおり 著(PHP研究所 2010年 11月発行)

ほっとれもんてい ニュース

5月に、育児講座「音とあそび!～親子で楽しむ音楽の時間～」を開催致しました。たくさんのお申し込みありがとうございました。“ジャンベ”というアフリカの太鼓に触れたり、手作りの楽器を作ったり、お子さんと歌ったり、踊ったり、一緒にさせていただきました。大好きなパパやママが楽しいと、お子さんも自然の楽しくなる!ということを感じたひとときでした。音は、赤ちゃんがお母さんのお腹の中にいる時から聞こえています。いつもと違った音を聞いて“なんだろう?”と耳を傾けている姿は日常でもよく見られると思います。「何の音かな?」きれいな音だね」「おもしろい音だね」などとお話すると、想像が膨らみ楽しくなりますね。

また、6月には“おもちゃの広場”、7月には“夕涼み会”を行います。“おもちゃの広場”では、普段なかなか触れることができないおもちゃに触れることができます。当日はおもちゃコンサルタントの方々を迎え、おもちゃの楽しみ方、手作りおもちゃの一例をご紹介します予定。また、夕涼み会では、ほっとれもんていより金魚すくい(玩具)のお店を出す予定です。一緒に盆踊りなど夏の楽しいひとときを過ごしませんか?ご参加をお待ちしております。

ほっとれもんてい担当 山室 八潮

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

2012年 6月号 No. 31

木々の緑がだんだんと色濃くなり、陽の光も日に日に力強く感じられるようになってまいりました。今年の梅雨入りはいつ頃からかしら…と植物たちは心待ちにしているかもしれませんね。

ほっとれもんていのお部屋でゆったりとしたひと時を過ごして頂けるよう、いつでもお待ちしております。どうぞお気軽に遊びにいらして下さい。



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。

東京都大学特任教授 山岸道子先生に、保育所保育指針について

3回のシリーズでお話して頂き、今回は、第1回目です。

保育指針を読み解くNo.1

これからの保育・育児

【 主体性・自発性を大切に 】

「親が子を育てる」営みは日本では保護者に与えられた権利でも義務でもあります。原則として自由に育てていけばよいのです。でも子どもの発達を十分に促し、その個性を大事に育てるためには多くの母親は育児書など何かを参考にしていることでしょう。乳幼児をお育ての方々は「保育所保育指針」や「幼稚園教育要領」があるのをご存知でしょうか。ご存知でもそれは保育所や幼稚園が参考にするもので私たちには関係ないと思っておられるでしょうか…… 実は平成20年度に改正されたそれらは、保育所や幼稚園は保護者の方々と考えや心をそろえて保育や育児をしていくために保護者の方々に読みやすく作成してあります。勿論ご家庭でお育ての場合ももっとも参考になる育児書です。今回から3回にわたってそのご紹介とその中からのポイントをお伝えしていくつもりです。どうぞご利用ください。

また、保育所保育指針は、きっと「ほっとれもんてい」でもご覧になれると思います。

1回目は「子どもの発達をもっともよく育むためには…」ということについてお話ししていきます。

それは簡単なことです。「子どものやりたいことをやりたいだけさせてあげること」なのです。なぜなら

- 1 やりたいことは子どもが選んでいますから 発達段階によく合っているということ
- 2 やりたいことをやりたいだけできると子どもは満足してストレスがありません

… ストレスは子どもの問題行動の源です…

3 人間は誰でもやりたいことをしている時に多くを学ぶものです 子どもも沢山の事を学びます
こんなに良いところが沢山あるのが 保育所保育指針で最も重視している「自発性・主体性の尊重」なのです。ではそのための育児はどうすればいいのでしょうか。

それは 簡単です。「ダメ・いけません(禁止や抑制)」「待っててね・後でね・(延期)」をできるだけ言わない

ことなのです。いかがでしょう・・・ できるでしょうか しているでしょうか・・・

でも・・・「危ないときは仕方ない」「いけないことをした時は仕方ない・・・」と思われているでしょうか・・・ 案外 親が「危ない」と思っているでも危なくないこともあるのです。「いけないこと」と思っていることは、本当にいけないことでしょうか・・・ 案外お母さんの思い込みであることも多く、禁止してまでさせられないことではない場合があります。禁止や抑制、延期は子どもにストレスを与えることはご理解いただけると思います。今日から 昨日の半分にしてみたいはいかがでしょう。きっと子どもたちは幸せそうな満足そうな表情をします。そうすると「子どもは幸せ」にもなるのです。人は満足すると情緒が安定します。そして優しくなります。親切にもなります。それは多くの人と仲良くできることです。そして意欲も出るので。よい発達を促すことになると思いませんか？ でも「それではわがままな子になるのでは？」と思う方には次回号でお話します。決してわがままな子になりませんので期待してください。

山岸 道子

今月の絵本

～お勧め絵本のご紹介～



「どろんこ どろんこ！」

文:わたなべしげお / 絵:おおともやすお
(福音館書店 1981年4月)



主人公のくまくんが、砂場にシャベルとバケツを持って行き、砂遊びを楽しむお話です。くまくんはお山を作ったり、穴を掘ったり、水を運んできたりして、どろんこ遊びを思い切り楽しめます。遊んでいるうちにどんどん楽しくなってきた、遊びがダイナミックになっていく心の動きがとてもよく伝わってくる、読んでいる子どもたちの心をくすぐるお話です。

くまくんのように、砂遊びが大好きなお子さんは沢山いることと思います。山を作ったり、型抜きをしたり、小石や草花を加えて「ごはん！」と見立て遊びをしたり…。どんな形にでも姿を変え、混ぜる水の量によって色々な感触を味わうことの出来る砂場(どろんこ)は子ども達にとって遊びの宝庫！これから、だんだんと暑くなってきて、泥遊びや水遊びをするには良い季節になりますね。時には思い切り泥んこ遊びを楽しんではみませんか？汚れることなんて気にもせず、夢中になって遊ぶ機会を得ることは子どもたちにとって、とても大切なことです。きっと、心を解き放ってキラキラと輝く子どもの表情に出合えると思いますよ。

夢中になって遊ぶ子どもの気持ちがストレートに伝わってくる絵本です。

保育士 小島真由美



健康ひとくちメモ

「虫歯予防と唾液の関係」



“よだれが多くて、大丈夫でしょうか・・・？”とよく質問を受けます。よだれは、口の中に分泌された唾液が口の外にあふれた状態を言います。生後 3～4 ヶ月ごろになると分泌量が増え、成長すると1日に 1～1.5ℓも分泌されるようになります。赤ちゃんは大人と違って頬や口の周りの筋肉、唾液を飲み込む機能が未発達であるために、よだれとして唾液が出てしまうのです。よだれの多いお子さんは、頻回によだれかけを変えなければいけなかったり、肌が荒れてしまったりすることもあるかと思いますが、唾液は虫歯予防の意味でも大切な役割をしています。

唾液は、消化酵素を含み、食べ物の嚥下や消化を助ける他、口の中を清潔に保つ(食べ物のカスを洗い流して口の中を綺麗にする)役割をしています。また、唾液にはカルシウムなどのミネラルが含まれている為、歯の石灰化を促し、ごく初期の虫歯なら治してくれる力もあるのです。また、口の中の乾燥を防ぎ(粘膜を保護している)、ウイルスや細菌が侵入することも防いでくれています。

口内炎など炎症の際や歯の生えはじめの時は、よだれが多くなったりと、よだれの量にも波があります。唾液を上手に飲み込めるようになれば、よだれはなくなりますので、肌荒れに注意しながら、暖かく見守っていきましょう。

保健師 山室 八潮



食育メモ「赤ちゃんの時から食育」

前回、飽食の時代の私たちを取り巻く「食の」事情が大きく変化し、食育の必要性についてお話しました。では、食育はいつごろから行うのでしょうか。食育という食について教えなければいけないと感じてしまっていますが、「いつもの食事から」「いつもの食卓で」いいのです。実は、食育は赤ちゃんの頃から始まっています。お母さんにゆったりと抱かれ、ぬくもりと安心の中で母乳(ミルク)を飲む・・・これが第一歩です。ミルクの匂いや美味しい味、ママやパパの声、そして離乳食が始まって、いろいろな食べ物の形や感触を感じることで。大好きなママとパパが傍にいて、美味しいね！みんなで食べると楽しいね！と、食事=楽しいということを、赤ちゃんに伝えていくといいですね。

参考:『ママが知らなかった おっぱいと離乳食の新常識』、中川信子監修、小学館、2010

6・7月の予定

お気軽にご参加下さい。



6月5日(火) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「虫歯予防のために・・・」

・・・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。

6月14日・15日(木・金)

おもちゃの広場 9:30～11:30

・・・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。

6月15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。

6月19日(火) 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。

6月27日(水) 11:00～11:30

ミニ育児講座「散歩について」

・・・あゆのご保育園保育士より、日々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5日(木) 11:15～11:30

おはなしなあに？

・・・あゆのご保育園保育士による絵本や紙芝居等の
読み聞かせを行います。

7月13日(金)

おおきなあれ (6月19日参照)

7月20日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット (6月15日参照)

7月20日(金) 17:00～19:00

夕涼み会 ...どなたでも参加できます。盆踊りやぶ
かびか金魚すくい(玩具)など、夏のひとときをお楽し
みください。

7月7日(土) 10:00～11:30

育児講座 「パパと赤ちゃんのための

ベビーマッサージ」

講師：湘北短期大学 岡本依子 先生

・・・赤ちゃんとのふれあいを通してリラックスできる時間を
過ごしませんか？

**※こちらの講座は申込みが必要です。申込みの詳細は別
紙チラシ・HPにてお知らせ致します。**

7月25日(水) 11:30～12:40

ミニ離乳食講座「手づかみで食べてみよう！」

・・・完了、普通食の形状が食べられる1歳前後のお子さん4
組対象に園の給食を提供します。昼食を食べながら、お話
しませんか？ **※こちらの講座は申込みが必要です。
申込みの詳細は別紙チラシ・HPにてお知らせ致します。**

