

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。

ありがとう、ごめんなさい、そしてそろそろの挨拶。

とっさのひと言がさりりと自然に出る人にしたいものです。

ちょっと反省なのですが、大人は何かと「すみません」で済ませることが多くありません？

ありがとうも、ごめんなさいも、ちょっといいですか、も。

子どもの言葉を豊かにするためには、インプットが不可欠。子どもはそもそも大人のマネが大好きですから、言えるようになってほしい言葉は、何度でもインプットするに

限ります。ただし、つめ込むのではなく、清流のように、言葉を子どものなかに

サラサラと流し通すつもりで。いちばん身近な大人の言葉を聞かせる、

見せることだけ心掛ければ十分です。あとは子ども自身の網が、必要な言葉をすくいます。

大人同士、特に家族間のやりとりを、子どもはよく聞いています。

ありがとうやごめんなさいを聞かせる機会を、逃さないようにしたいものですね。

「センスのいい子」の育て方 より 宮崎祥子 著（双葉社 2008年6月発行）

ほっと れもんてい ニュース

10月、11月は寒い日もありましたが、外遊びを楽しんだお話をお聞きしました。何度も何度も滑り台を滑って帰るのが大変だったとの声もありました。11月17日に開催した育児講座で小池良一先生は「繰り返しの遊び、始めと終わりが明確な遊びが子どもは好きで、意欲が高まる」とおっしゃっていました。滑り台もその通りですね。時には思う存分「楽しい」と感じる遊びをするとお子さんの違った表情が見られるかもしれません。育児講座ではいろいろな育児のヒントを教えてくださいました。ご興味のある方は是非、スタッフにお声かけください。

寒い時期になり、外に出るのもおっくうになってしましますが、外の刺激はお子さんにとっても良い刺激になります。寒さを肌で感じていろいろな景色を見たり、いろいろな音を聞いたりして発達が促されます。また、保護者の方も少し外に出ると気持ちが変わりすっきりすることもあるのではないのでしょうか？ほんの少しでもお家から出ることでお子さんも満足することもあるかもしれません。12月はほっと れもんていのお部屋でもクリスマスの雰囲気を楽しみたいと思います。お部屋を暖かくしてお待ちしております。お気軽にお立ち寄りください。

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 12月号 No.34

木々の葉が散り、空気もだんだんと冷たくなってきました。今年も本格的な冬の訪れが近付いてきましたね。ほっとれもんていでは、お部屋を温かくして、ゆったりと過ごして頂けるよういつでもお待ちしております。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、あゆのこ保育園の保育アドバイザーでもある

東京大学大学院教育学研究科教授 秋田喜代美先生です。

「シャッターチャンス」

あゆのこ保育園の先生方が、園で子どもたちが保育中夢中になっていた、すてきな瞬間をデジカメでパチリと記録におさめ、保育活動の足跡として保護者のみなさんと共有されているのはよくご存知のことと思います。保護者の皆様はご自宅ではどのような時にデジタルカメラを活用されておられるでしょうか。お出かけをしたり、記念日の1枚も貴重なものですが、“あ、おもしろい”とか、“いい表情だなあ”と思われた1枚を撮ってみられると、ご夫婦で、またご家族で、そして兄弟やお子さんとの会話もはずむものになるのではないのでしょうか。赤ちゃんは自分の写った写真が好きという話もあります。それは子どもにとって自信にもつながるものです。ソニー教育財団で「科学する心を見つけよう」フォトコンテストというのがあり毎年その受賞作品の写真を拝見すると、どんなに小さな子どもたちでも、新たなモノや出来事への不思議を感じていると、そのモノを丁寧にみつめていたり五感で感じていることが表情に現れたりしています。そうした瞬間をとらえてみるのは、いわゆる記念アルバムとは違った子育ての記録になるかもしれません。「科学する心」だけではなく、「満足な心」や「おどろきに目をみはる瞬間」「やさしい思いやりを示す瞬間」など百面相の中に、子どもの可能性を捉えることができるように思います。そういうお子さんの良さを一番よくわかっておられるのはやはり親御さんでしょう。

先日テレビで、お子さんが眠っているところがかわいいので、その周りをかざりつけて子どもの写真を撮っておられるおかあさんの様子が報道されていました。そうして自分を見守ってくれている親の眼差しは、写真に親は写ってなくても子どもは感じるものです。何か決まった姿を定点的に写真に残しておいて、1年をお誕生日等の機会に振り返ってみると、日々接していると見失いがちな心のゆとりを取り戻し、子どもの成長を感じられる思い出になるのかと思います。

私の娘は二人共成人してもう大きくなっていますが、毎晩親子で絵本の読み聞かせをした時にその場面を録音をしておきました。それが今でも残っていますが、それは私たち親子にとっては、絵本の思い出であると同時に、あの時こんなことを言っていたんだという音の思い出アルバムになっていますし絵本とのつながりを強いものにもしてくれました。

みなさんの家でもわがやの「**アルバム」に挑戦してみてもはどうでしょう。忙しい中でも改めてうちの子のよいところやいい表情を見つめなおすよい機会になるかもしれません。怒ったり気持ちが散漫だと写真は撮れません。お子さんと保護者の笑顔を生み出す機会にシャッターチャンスがなると良いなと思います。

秋田 喜代美

健康ひとくちメモ

「鼻水がずっと出ているときは・・・」

寒くなるとインフルエンザや感染性胃腸炎、風邪など、いろいろな感染症が流行します。外出するとウイルスや細菌をもらってしまうので、外出を控える方もいらっしゃることでしょう。しかし病気を避けて通ることは出来ません。病気になるたびに子どもは強くなっていくものです。病気になってもあわてずに、子どもの「自分で直す力」を引きだし楽に過ごせるようにしてあげたいですね。特に鼻水はよく見られる症状でしょう。2歳ごろまでは鼻の構造が未熟であるために鼻水が続くことがよくあります。鼻は加湿と保温をして、湿った暖かい空気を気管・肺に送り届けています。その際、空気中にあるホコリやゴミ、ウイルスや細菌を、鼻毛で捕まえて鼻水を分泌し、外に出そうとします。風邪を引いた時の鼻水は、外からのウイルスや細菌を排除しようとする防衛反応なのです。鼻水が出ていても機嫌がよいようであれば、こまめに鼻水を拭き取る(吸い取る)、お風呂や温タオルなどで温める、加湿をする水分を十分にとるなどのケアをしてあげると楽になると思います。鼻づまりが強くて寝苦しそうなお子さま、遊んでいてもつらそうなお子さまは耳鼻科にご相談下さい。

■参考:子育てハッピーアドバイス 小児科の巻2

あゆのこ保育園 保健師 山室八潮

今月の絵本

～お勧め絵本のご紹介～

「ちびゴリラのちびちび」

作・絵:ルース・ボーンスタイン

/ 訳:岩田みみ

(ほろぷ出版 1978年8月発行)



ちいさなかわいいゴリラが森に住んでいました。お母さんも、お父さんも、おばあさんも、おじいさんも、そして森の動物たちみんなが、ちいさなゴリラのちびちびのことが大好きでした。そんなある日、何かが起こりました。ちびちびがどんどん大きくなり始めたのです…。

絵を見ていると、どんどん大きくなり始めたちびちびを、少し離れたところから見守る動物たち。その表情は、ちょっとびっくり？何が起きたのかと不思議な感じ？でしょうか…。お話の最後は大きくなったちびちびの誕生日をみんなでお祝いします。周囲から温かく見守られることで安心して伸び伸びと育っていくちびちびの姿は微笑ましく、ちびちびがたくさん愛情に包まれて育ってきたことが伝わってくる、読んでいてやさしい温かい気持ちになれる絵本です。

『大好き！』という気持ちを向けられると、みんな嬉しい気持ちになりますよね。小さな頃から色々な人とふれあって、いろいろな人と気持ちの交流をして、成長と共にたくさん『大好き！』を感じていってくれたら嬉しいですね。

色合いがやさしくほっこりとした温かさが感じられる素敵な絵本です。

ほっと れもんてい保育士 小島真由美

食育メモ『子どもには薄味で・・・』

いろいろな文献から、生まれたばかりの赤ちゃんはすでに味覚が発達していて、生まれつき持っている反射的な味の識別能力を持っていると考えられています。本能的に母乳が持っている「甘味」「旨味」「塩味」を好み、腐敗や毒の味としての「酸味」「苦味」を嫌います。そしてこの反射は成長とともに徐々に鈍くなり、離乳食、幼児食のころには割と幅広い、いろいろな味が受け入れられているのではないかとされています。つまり、味覚の形成は離乳食からのいろいろな食の経験から培われていくのです。そして、赤ちゃんの味蕾(味を感じる細胞)は大人に比べて1.3倍もあり、大人よりも味に対する反応が敏感です。そのために子どもには出来るだけ薄味で乳幼児期に十分に味覚を発達させておくことが大切です。味の濃いものは未熟な腎臓への負担や肥満、虫歯等への影響が懸念されます。出来るだけ食材本来の味を楽しめるように薄味で、“おいしい”感覚を養っていきましょう。

■中川信子監修『ママが知らなかった離乳食の新常識 かしい育児はおくちからはじまる』 他

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

12月5日(水) 10:30～11:30

ミニ保健講座 「冬に流行する病気」

…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。

12月14日(金) 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。

12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> からご覧頂けます。

12月26日(水) 11:00～11:30

ミニ育児講座「運動遊びについて」

…あゆのこ保育園保育士より、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。

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、お電話等でご確認下さいますようお願い致します。

※12月31日(月)～1月3日(木)はお休みです。

1月8日(火)*都合により午後は閉室致します。

1月9日(水) 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等の読み聞かせを行います。

1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

(12月14日参照)

1月18日(金) 13:00～14:30

ちょっとチャット (12月21日参照)

※**1月19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～

「大好きなお母さんのお手伝いをしてみたい！」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、「型抜き」「混ぜる」など、親子でクッキングしてみませんか？

講師:あゆのこ保育園栄養士 石井知果子

対象:2～3歳前後のお子さまとその保護者

※こちらの講座は申し込みが必要です。お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25日(金)** 11:30～12:40

ミニ食育講座「スプーン・フォークを使ってみよう」
…完了食・普通食を食べられる1歳前後のお子さん4組対象に園の給食を提供します。

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