

夜にはもう鈴虫が鳴いています♪ゆっくり、確実に季節は変わっていますね。どんなに太陽が照りつけていても容赦ない**子どものエネルギー**を発散させるため、毎日工夫して過ごされてお母さんたちに、頭が下がります。汗と涙と笑顔で暑い夏を乗り越えた子どもたちは、ひと回り大きくなったことでしょう。お母さん、おつかれさまでした♥

先日9か月のあかちゃんのママから、こんなお話をうかがいました。「子どもが泣いたりぐずぐず何かを訴えているときにすぐ応えようとすると、そんなにすぐに応えていると**甘えん坊になってしまう**からやめた方がいいといわれるのですが・・・」とのこと。いろいろな考えがあるのであくまでも一意見ですが、**自分の要求をまだ上手に表現できない**幼いあかちゃんは、**泣いたりぐずったりすることで何かを訴えます**。それに対してすぐに応えてあげなかったら、どうやって表現してママに伝えたらいいのでしょうか？あかちゃんだって知恵を働かせて、もっと激しく泣いたり、いたずらしてママを振り向かせようとするかもしれません。そうすると、ママが心穏やかに受け止めることが難しくなってきます。本当に伝えたかったことはどこかに消え、ママの表情や声色に不安になったり不満になったりと、**悪循環**が生まれてしまいます。**できればすぐに応えてあげることが、ご機嫌に過ごせるための近道**。

しかし、どんなに我が子が可愛くても、ず～っと一緒にいると**イライラ**してしまったり、**すぐに子どもの要求、欲求を満たしてあげられない**ことだって日常的にいっぱいあるはず。「ダメと言っはいいけない」「待ってと言っはいいけない」「受け止めなければいいけない」と、一生懸命になりすぎると**へとへと**になってしまいます。ママだって、無理なときはあります。うまくいかなくて、あれよあれよと歯車が崩れて赤ちゃんは大泣き、ママも泣きた～い！なんていうことも、子育て中には何度だって起こるものです。そんなときに**自分を責めないで**、うまくできなかったことを悔やむより、**次は応えてあげよう。明日はいっぱい遊んであげよう。心地よく過ごせるようにしよう**・・・と、**前を向いていければいい**と思います！あかちゃんの心は大きいです。「ママ、だいじょうぶだよ」といつてくれるはず。そして苦しいときは、ママが安心できる誰かに話してみましょ。気持ちが軽くなるかもしれません♥

センター長 山浦彩子(やまうら あやこ)

OPENING

◆♪ いかにといにと♪

「ふれあい遊び」毎日 11:00-11:30

＜第2・4水曜＞えいごで遊ぼう (松本ようこ先生)

＜第4第5木曜＞おやこでダンス (近ゆきこ先生)

＜第2火・水＞マニスのお話し会 (丸山さちこ先生)

◆「0歳児つどいの広場」毎週木曜 10:00-11:00

休館日・開館時間

◆大掃除

9/28(金)

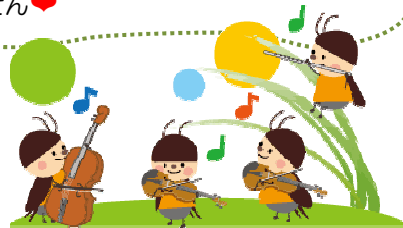
※広場は11:00～

◆休館日

日曜・月曜・祝日

◆職員会議 9/1(土)

※広場・一時預かりのご利用は9:00-13:00になります



いかにといにと♪ 広場の遊びから



一分一秒を大切に！?

こんにちは。あっという間に夏休みも終わり、9月になってしまいました。毎日があっという間すぎて「時間泥棒が居るのかな…」って、たまたま本気で考えてしまいます…私の娘もついこの間まではオムツを履いてヨチヨチ歩きをしていたハズなのに、今年2分の1成人式を迎えます。私の手探り子育ても手探りのまま楽しみながら、悩みながら、あっという間の10年でした。子どもが毎日少しずつ成長するのと同時に、親である私も色々な意味で成長しなければいけないなあ…と日々考えさせられます。10年たって、もちろん初めての事ばかり!! 毎日が子育て初心者。これからも笑って泣いて、悩んで怒って、私なりの子育てを楽しみたいと思います♪

インティアンの教えの中にこんな教えがあります。

『ほめられる中で育った子は、いつも感謝することを知ります』

『思いやりの中で育った子は、信頼心を持てます』

『人に認めもらえる中で育った子は、自分を大切にします』

『仲間の愛の中で育った子は、世界に愛を見つけます』



子どもと居られる一分一秒を大切に過ごせるように。たくさんの愛を持って毎日を楽しみながら成長していきたいと思います。

◆ 小林 恵美 (こばやし えみ=ドンチャン先生) 事務担当 ◆

一時預かり ぷちのお部屋から



子どもを預けるのはかわいそう?

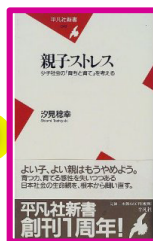
「一時預かりを利用してみたいけれど、子どもを預けることに罪悪感をもってしまう…」ぷちの登録をされる際、お母さんからそういう話をよく伺います。おじいちゃんおばあちゃん世代から「子どもを預けるなんてかわいそう」と言われたり、乳幼児期に母親の愛情をたっぷり伝える重要性を意識されてのことでしょうか。そんなときは、「いっしょに過ごす『時間の長さ』よりも、肝心なのは『愛情の伝わり方』では？」とお話しています。どんなにいとわしくても、お子さんから目が離せない子育ては、気持ちが休まるときがなくて疲れてイライラすることも…そういう母の姿から「あいつは」とは伝わりにくいもの。それよりは、何時間か離れて過ごしても「会いたかった」とお迎えにきてギュッと抱きしめるほうが伝わる場合もあります。最初こそ「ママと離れてさびしい…不安」と感じるかもしれませんが、ぷちでお友だちや先生と過ごすうちに「たのしい♪」時間が増えて…いつのまにかそれがお子さんの自信につながっていることに気づかれます。

「親子ストレス」

汐見裕幸 著

平凡社新書

育児のストレスから育ちのストレスまで、よい子、よい親から解放された先にある新たな子育てのあり方がみえてきます。

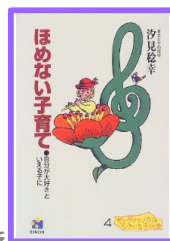


「ほめない子育て」

汐見裕幸 著

栄光教育文化研究所

よい子ではなく、誇りをもって自分らしくいられる子に。子どもにとって何がたいせつか、気づかせてくれる本です。



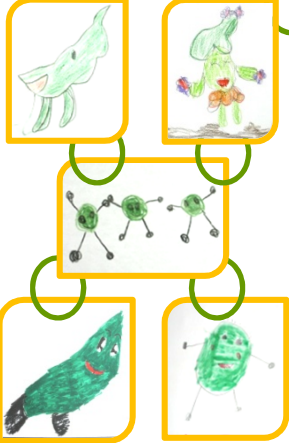
◆ 上野 祐子 (うえの ゆうこ) 副センター長・心理相談担当 ◆



ぽけっと



えだ豆イラスト



園芸につき観察



園芸クラブⅡ期生の活動を終えて

今年度の園芸クラブは、「枝豆」の栽培に取り組みました。参加したのは1年生5名 2年生1名 3年生1名 4年生1名 計8名の小学生たちです。園芸クラブの活動目的は、野菜の植え付けから収穫、その間の手入れも含めて自分たちで世話をすることによって、より植物(生命)の成長に興味や関心を持って欲しいということから発足しました。その目的をより深く感じられる年齢を対象としたこと、またぽけっとになかなか関わることができなくなる小学生の活動として、参加者を設定しました。

期待以上に一生懸命取り組み、枝豆栽培以外のお手伝いもたくさんしてくれました。窓際に並んだグリーンカーテンも、その一つです。夏の日差しを涼しげに見せてくれていますね。主役の枝豆は…収穫の時期が遅れ、やや黄色くなってしまうものもありましたが、「黄色くなったのは堅いけど美味しかった」と、正直な感想も…。小学生になるとますます可能性が広がって、私たち職員も、とても楽しく活動ができ、たくさん勉強させていただくことができました。

工作



修了式



畑作業



種まき



収穫



ふあみさぽ ファミリー・サポート・センター

10月31日より、「保育サポーター養成講座」が開講します。講座を修了した皆さんは、まかせて会員としてファミリー・サポート・センターに登録し、自宅やおねがい会員宅などでお子さんのお預かりなどの有償ボランティア活動を行うことができます。

講座はぽけっとでの実習を含む24時間、「病児病後児の対応」「子どもの遊び」「乳汁・食事」など(財)女性労働協会指定の充実したカリキュラムです。子どものお世話をしてみたいと思う方、子育ての経験を活かして活動してみたい方、子育てのお手伝いをしたいという方、この機会に保育サポーター養成講座を受講してみたいかがでしょうか。

最近のファミリー・サポート・センターの依頼内容として、日中少しの間子どもを預けたいという方より、保育園・幼稚園の送迎、学童保育等からのお預かりなど、朝や午後～夜間にかけての援助活動が必要とされている方が増えてきています。お仕事都合やご家族のご病気、第二子の出産など、いざという時に子育てを手伝ってくれる人が近くにいると、本当に安心することができます。これまでも頼れる親戚も近くにいらないので保育園の送迎など手伝ってほしいという「おねがい会員」さんに、子育ての手も離れたのでお手伝いしたいという「まかせて会員」さんをご紹介していますが、「ファミサポさんの手を借りることができて本当に助かりました」という感謝の声を聞くと、あたたかな交流の輪が広がっていることを実感しています。保育サポーター養成講座の日程・カリキュラムをご紹介します。受講してみたいと思う皆さんは、ファミリー・サポート・センターまでお申し込みください。皆様のご参加をお待ち申し上げております。

子育てをこころの発達から考える 子のこころ 親のこころ

ことばで伝えられなくても…/ノンバーバルコミュニケーション

「きのう3歳の誕生日だった息子が、家族にお祝いされてケーキのロウソクを吹き消す時に、目をうるうるさせていたんです」と、Kくんのお母さんがうれしそうに報告してくださいました。幼いお子さんが涙をボロリと流して自分のあったかい気持ち(=ありがとう?うれしい?)を表現した…そのこころの機微に触れて、私も胸がじんわり熱くなりました。

初めてぽけっとへいらした一年半前、Kくんは走ったり跳んだり身体を動かすことは大好きでしたが、ことばの発露はゆっくりで感情表現は得意ではない様子。周囲に理解してもらえないもどかしさを、抵抗する行動や泣くことで訴える姿がときおり見られました。外にうまく出せないだけで感性は人一倍豊か。むしろたくさん感じるからこそ、うまく伝えられない葛藤も大きかったのだと思います。そんなKくんの行動を心配しながらも、お母さんは否定しないで受けとめていらっしゃいました。自分の存在を認められて「あいのままでいいんだ」と自己肯定感が高まるとともに、自覚も発達して感情表現がスムーズになったのでしょうか。今はお友達とのやりとりも楽しそうです。

人と人のコミュニケーションには大きく分けて2種類、言語的なものと非言語的なもの(=ノンバーバルコミュニケーション)があります。人はことばを使って意思や感情を伝え合っていますが、『目は口ほどにものをいう』という諺があるように、顔の表情や視線、声の調子、身振り、手振り、スキンシップ、距離感など…じつはことば以外によるメッセージの影響を大きく受けています。同じことばでも感動したりしなかったりするの、ノンバーバルコミュニケーションが異なるから。そして、ことばにならない表現にはこころの底の気持ちも表れやすいもの。Kくんの涙は気持ちが自然に出てきたものだからこそ、何よりも雄弁に伝わったのではないのでしょうか。お母さんは「あいさつが上手にできなくても、無理にさせなくてもいいんだ」とあらためて思われたとのこと。こころ(自覚)が育っていれば大丈夫。ノンバーバルコミュニケーションが豊かになって、必ず伝わるコミュニケーションができます。Kくんの成長に「かんば〜い!」

◆上野 祐子(うえの ゆうこ) 副センター長・心理相談担当 ◆

アドバイザー一同