



ぽけっと

2016年
第1号
2016.1.20.

葉山町子育て支援センター ぽけっと 〒240-0111 神奈川県三浦郡葉山町一色1493-1 TEL: 046-876-4152

新年明けましておめでとうございます。今年も笑顔あふれる一年になりますよう、職員一同心よりお祈り申し上げます。私が子どものころの**お正月**と言え、**三日**はどこも**お休み**で外へ出て人も人通り少なく、家族で静かに過ごし、時間もゆっくり流れていたように記憶しています。しかし最近**元旦から営業**しているお店や動き出す人も多く、あっという間に通常の生活が始まり、**慌ただしく過ぎて**いるような気がしてなりません。そう感じるの**は私だけ**でしょうか？お正月ぐら**いは何も考えず**に、**無になる**ことでまた**活力が湧いてくる**ものではないでしょうか？皆さんは**しっかり休め**ましたか？忙しい日々の中で、**もやもや、イライラ、**落ち込んだり、心が疲れてしまったり・・・そんなときに私が**少し楽になる一冊**の本があります。皆さんにもぜひお勧めしたい1冊です。それは、『**求めない**』（加島祥造著）という本です。この本の冒頭にあるように、**人は「求める」存在**です。人間のなかにあるさまざまな**欲、それを求めて動く**。それを否定するということではありません。しかし、仕事や人間関係、子育てにおいても、あれやこれや悩んだり苦しくなるのは、「**求めすぎている**」ことが原因であることが多いように思います。自分の**心と体が本当に求めているもの**だけを「**求める**」。それは「**あるがままの自分を（人を）受け入れる**」ということに近いかもしれません。

- 求めないーするといまじゅうぶんに持っている**と気づく**
- 求めないーすると心が**静かになる**
- 求めないーすると自分に**ほん**とに必要なものは**なにか分かってくる**
- 求めないーすると自分の**なかのものの方がずっと大切なんだ、と知る**
- 求めないーすると**楽な呼吸になるよ**



いかがですか？**本文から抜粋した言葉**です。解釈が少し難しいのですが、一度自分の**心を空**にして、**研ぎ澄ましてから本当に必要なもの（こと）**は**なにか、見つめる時間**をもってみるのも良いかもしれません。そんなときのお供に、ぜひこの一冊を…。

理事長 山浦彩子(やまうら あやこ)

月間の予定

- ◆ **♪いいこといいこと♪**
- 「**ふれあい遊び**」 毎日 11:00-11:30
- えいご**で遊ぼう 月1回 (加藤みみ先生)
- わらべうた**遊ぼう 月1回 第3金曜
- ◆ 「**0歳児つどい**の広場」 毎週木曜 10:00-11:00



開館時間

- ◆ **開館時間** 9:00-17:00
- ◆ **※広場の開放時間は15:00迄、子育て相談・一時預かり・ファミサポ・2F多目的室のご利用は17:00迄です**
- ◆ **休館日** 日曜・月曜・祝日
- ◆ **職員会議** 第3木曜日13:00~
- ◆ **※広場・一時預かりのご利用は12:00迄になります**



一時預かり ぶちのお部屋から

♪うれしい気持ちを伝え合おう♪

こんにちは。ぶちでお預かりの仕事をさせていただいています**千野理恵**です。幼稚園・学童保育・保育園での仕事を経て、現在**ベビーマッサージ・ベビーヨガ教室**を開いています。たくさんのお赤ちゃんやママと関わりながら、いつも元気をいただいています。みなさんは**お子さんの気持ち**がわからず、**悩む**ことはありませんか？私は**保育の仕事**を続けてきましたが、いまだに「う～ん」と考え込む時がよくあります。子どもと聞くと、**素直で単純でわかりやすい**…というようなイメージを持ちますが、わかりやすい子どもはほんの一部で、**みんなそれぞれ感情表現の仕方が違います**。まだ**言葉でうまく説明できない**時期ですから、その気持ちを汲み取ることはほんとうに大変です。例えば、**うれしい事**があったら**笑って喜んでくれる**子はわかりやすいのですが、**恥ずかしい気持ちの方が大きく、すねているような顔をする**子もいます。そんな時、「**うれしいね、よかったね**」と話しかけると、**子どもの肩の力がフツと抜けて、ほにかんだ表情に…そんな瞬間にしあわせ**を感じます。**うれしい気持ちを誰かと共有**できると、**喜びが倍増**しますね。**自信**にもつながります。**子どもの心は未発達**で、**相手の気持ちを察**することは難しいです。**大人**になると気持ちをあまり言葉で伝えなくなりますが、子どもだけでなく、**私たち大人も子どもにわかりやすく気持ちを伝える**ことがたいせつだと感じています。もしかしたら、**子どもも大人の気持ちがわからず、困っている**時があるかもしれませんね。



◆ 千野 理恵 (ちのりえ=りえ先生) ぶち 担当 ◆

いいこと♪いいこと♪ 広場の遊びから

♪遊びについて♪

ひろばで子どもたちが楽しそうに遊んでいるのを見るのは、私の年齢になるとおばあちゃん目線で本当に**うれしい**ものです。**目新しいおもちゃ**があったり、他の**お友だち**がいたり、**遊びの幅も広がっている**のでしょう。以前**おもちゃの勉強**をチョビリしたときに、私の**心に残っている**ことがあります。“**子どもが求めたときに本気で遊ぶ**”…周りの大人たちは毎日やらなきゃいけないことがいっぱい…でも大丈夫、それらちょっと横に置いて（**チョットサボッテ**）**短い時間でよいので遊んで**みましょう。高価なおもちゃや**特別なものはなくとも楽しく遊んで**くれますよ。**新聞ビリビリ…ペットボトル**など廃品…**音をさせたり変形させたり、大人と違って子どもたちのおもしろい驚きの発見**があるかも…です。くり返しになりますが、“**遊んであげるのではなく、一緒にまじめに遊ぶ**”ことは**子どもの心に残るし、安心して満たされていく**ことでしょう。何よりも**自分の心に残ります**。これで**子育ての心の部分の半分はクリア**すると思います。**ひろば**では簡単な**手作りおもちゃ**制作をしています。お家を持って帰って遊んだり、お家でも参考にして作っていただいたり…私たちも新しい仕事を考えなくては…これからも、**ささやかながらお手伝い**させていただきますね！**気軽に声かけ**よろしくお願ひします。ガッツリ**良いおもちゃ**で遊びたいな…という時のために、**とっておきの場所**をご紹介します。『**東京おもちゃ美術館**』（東京メトロ丸の内線**四谷三丁目**）ベビーから大きい子、大人まで**ステキなおもちゃ**で楽しく遊べることと思います。



◆ 横田 真澄 (よこたますみ=まあ先生) ひろば・ぶち 担当 ◆

ぽけっと

11/28(土) ぽけっとまつり

「いろ～んな催しが盛りだくさん！」 毎年恒例のお祭りに今年もたくさんの親子が参加してくださいました



つれた～！つれた～！
さかなつり



ぽけっと産だいにん入り
ぽかぽか汁



ぽけっと畑で採れた
ポップコーン

ぺったん
ぺったん
おもちつき



ぽかぽか
やさいも



木のおもちや
で遊ぼう♪



おやこdeコンサート♪

はじまりはじまり～♪
かみしばい



子のこころ 親のこころ ～子育てをこころの発達から考える～

子育てのコツとは・・・？

年末に、湘南ビーチFMで『子育てのコツ』について、お話しさせていただく機会がありました。ぽけっとへよく遊びに来てくださる2歳のKくんのお父さんからの誘いでした。「息子の自我が芽生えて、わがまま全開！しつけのコツを教えてください」と、苦笑しながらも日々のお子さんとの格闘を楽しげに話してくださいるので、私も調子に乗って「Kくんは自分づくりが始まって、そういう自分を認めてもらいたいと一生懸命に戦っているんですね。親がそのバトルに巻き込まれないコツは何でしょうか・・・」などと子育て談義をしているうちに、ご自身がパーソナリティを務める番組で視聴者の皆さんにも紹介してほしいという運びになったわけです。

実際には、子育てのコツと一言で片づけられるほど、親の役割は単純なものではないので、『親としてしつけ』をどう考えるか・・・という側面からお話ししました。一大イベントといえる卒乳やトイレトレーニングなどに限らず、子どもにさまざまな生活習慣を身につけてほしいと、親はしつけを意識するものです。しつけは、裁縫で仕上がりの完成形を仮押さえするしつけ糸の意味もあるように、大人が良いと思う形を子どもに押し付けることでもあり、自己肯定感を育むために必要な「あいのままを受けとめる」ことの対極にあるのを忘れてはならないと思います。しつけ糸はいつかははずされて、本縫いは子ども自身の手でしていくもの・・・しつけ糸でかんじがらめになっていては自分らしさを見つけられなくて自立を妨げてしまうでしょう。親のしつけが無くなった後にこそ、子育ての真価が問われるのです。自立という言葉を「自分で考えて、自分でできる」と言い換えると、親が価値観を押し付ける「しつけ」は不要だとわかりやすいですね。親の生きる姿を見せて、子どもが助けを求めてきたときに教えるくらいのスタンスがちょうど良い・・・子どもの心と身体の成長を「信じる」「待つ」「見守る」という3つを心がけることが子育てのコツ、三種の神器といえるのではないのでしょうか。



◆上野 祐子(うえの ゆうこ) センター長・心理相談担当 ◆



Q. 「ダメ！」と、何回叱っても、テーブルの上に乗るので困っています

A. 叱るといったんはやめても、またすぐやる。「叱る」ことでは、できるようにはならないわけです。「あぶない」「不衛生」「行儀が悪い」などの理由を、体験を通して時間をかけて理解させることがたいせつです。まだ理解できない幼い子どもには、禁止事項をできるかぎり少なくすることがコツです。

子どもは悪いことをしたいのではなく、「のりたいたい」という純粋な興味や欲求から行動しています。ダメと叱られてばかりだと、反発したりやる気をなくしたり・・・かえってしつけはうまくいきません。いつもわかってくれるママが、どうしても1つだけというのであれば、大事だと感じられてやる気もでるのでは・・・？

幼児期にかぎらず、しつけを意識しすぎると、子どもの「やる気」や「あいのまま」を否定する接し方が増えてしまいます。それは、子どもを本当の意味でたいせつにする子育てとはいえません。親ごころ(愛情)とも伝わりにくいので、せっかくの親の想いが通じないのは、もったいないと思います。

