

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

大道からぽけっとに向かう歩道には、紫陽花が色鮮やかに並んでいます。ぶちでお預かりしているお子さんと、気分転換に歩くのにちょうど良いさんぽ道。木陰で気持ち良く、ダイナミックな花は見ごたえがあり、道端には、アリ、ダンゴ虫、ミミズに毛虫。眺めるだけでも充分に楽しめます。大人になると、頭の中にある計画表がちらつき、まっすぐ先へ、先へと進みたくなりがちですが、子どもは、その時その時目につくもの、心を奪われるものに向かっていきます。立ち止まっては進み、しゃがみこんで、また進む。目的をまたずに、時間を気にせず、気の向くままに歩いていくことができれば…。そんなゆとりが欲しい!!と切に願う今日この頃。

先日、あることで我が子を怒鳴ってしまいました。足元にあった物を蹴っ飛ばし、「いつも言ってるでしょー!!」と。こういふときに口から出てくる言葉や態度は、感情的であり意味を持たず、伝わるものは何もありません。ただ、グダグダと言いつけるのは好きではないし効果もないので一喝で終わらせましたが、息子は、言われてごもごも。と、シュンとしていました。普段はあまり口うるさくない母親のつもりですが、稀にそうなります。そうなると、やはりお互い気持ちのいいものは残りません。次につながるか?ということも、疑問…。そうわかっていて、なぜそのような“怒り”になってしまうのか?と考えると、実は心の奥には子どものことではない、「不満」や「不安」、「気がかりなこと」が隠されていることが多いように思います。それを無意識のうちに上乗せして叱ってしまうから、そういうことになる。それならば、その「気がかりなこと」を早く解決させればいい。解決できないことであれば、そのことと、子どもに伝えるべきことを、切り離していかなければ。しかし、そんなに容易いことではありません。それができたら、苦労はありません。そのことに向き合う余裕がないのが、母親の現実。自分のことは後回しで、気になるあれやこれやは上積みされ、自分の大切な気持ちは奥へ奥へ…。

お子さんのことを叱ってばかり。イライラしてしまう。お子さんが可愛く思えない。そんなときには、まずお母さんの心の奥にしまいこんでしまった思いを、ゆっくり掘り起こしてみませんか?置き去りにになっている気持ちは(なんとかして!)と叫んでいるのかもしれません。自分自身のために、そして我が子のために…。お母さんにこそ、ゆとりが必要です♥

センター長 山浦彩子(やまうら あやこ)

8月の予定

- ◆ **♪いいこといいこと♪**
- ◆ **「ふれあい遊び」** 毎日 11:00-11:30  
 <第1水曜> えいごで遊ぼう (加藤りみ先生)  
 <第2第4木曜> おやこダンス (近ゆきこ先生)  
 <第3火> マニスお話し会 (丸山さちこ先生)  
 <第3金 pm13:30~> バイオリンと触れ合おう (山寺ゆか先生)
- ◆ **「0歳児つどいの広場」** 毎週木曜 10:00-11:00



8月の開館時間

- ◆ **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
- ◆ **※お盆も変わりなく開館しています!**
- ◆ **職員会議・研修** 8/17・24(土)
- ◆ **※広場・一時預かりのご利用は13:00迄になります**



ファミリー・サポート・センター

## 「保育サポーター」養成講座 受講者募集!

今年度もファミサポの支援会員さんになっていただくための「保育サポーター養成講座」を開催します。支援会員さんはお子さんを預かってくださる会員さんのこと。養成講座は(財)女性労働協会指定のカリキュラムに則った内容になっていて、修了生には支援会員として登録して、有償ボランティアとして活動していただけます。子育てのお手伝いをしたい方、子育ての経験を活かしてみたい方、ぜひお力をお貸しください。お子さんを預かってもらう側の依頼会員さんと両方を兼ねていただくことも可能です。

日時: 10/16(水)~11/20(水)のうち 24時間  
 場所: ぽけっと 2F多目的室  
 定員: 20名(全日程出席可能・援助活動可能な方)  
 費用: 2500円(テキスト代)  
 持ち物: 筆記用具など

詳しくは、アドバイザーまでお尋ねください!

## 一時預かり ぶちのお部屋から

子どもたちの成長のよろこび ♥

今年に入って初めてのおたよりを書かせていただきます。つい先日、歩いていておいの嫁に偶然バッタリ。嫁の腕は手ぶら! バギーをのぞいてもカラ! 抱っこしているはずの子どもが歩いてはなりませんか…「歩いてるわーっ」「うっそーっ」とびっくり! そんなに月日が経っているかしら?言葉すら出て来なかった私です。少し落ち着いて考えてみれば、ぶちの立ち上げ当初の頃、お預かりさせていただいたお子さんたちも小学生。前にも書かせていただきましたが、私が初めて受けもった子どもたちも30歳を過ぎて今のママたちと同年代…その子どもたちをまた私がお預かりしているのですの「な〜んで幸せな人生!」と、あらためて思ってしまった。これを読んでくださっているママたちにはまだピンと来ないかもしれませんが、きっと私のような“オトナ”になれば同じように思うかもしれませんよ(笑)そんな日がやってくることを楽しみに…ぽけっとでお会いした時は、気軽に声をかけてくださいな♪(年月とともに…メカネのせいになりますが…よく見えていなくなったりするので、「たかこせんせい」と声をかけてください)一緒に子どもたちの成長のよろこびを味わいましょう!



◆ 仲下 貴子 (なかしした たかこ=たかこ先生) ぶち 担当 ◆

# ぽけっと

初夏の♪いいこといいこと special♪

ぽけっと 園芸活動

## 「じゃがほいDay」 ～じゃがいもの収穫と試食会～



「あーっ」「こっちは赤いおいもだ！」



「すごーい！いっぱいおれたよ！」



「じゃがいも コーロコロ♪」

6/21(金)22(土)の2日間、毎年恒例の『じゃがほいDay』を開催しました。今年3月に親子の皆さんと種いもを植え付けて約3ヶ月！キタアカリ・インカのひとみ・インカのめざめと3品種それぞれすくすくコロコロ育て、晴れて収穫の日を迎えることができました。初日は雨のため畑での収穫はできませんでしたが、ぽけっと産のハーブティーを片手に和気あいあいムードで試食をしていただきました。2日目は晴天に恵まれ、土曜日ということもありパパや小学生のおにいちゃんおねえちゃんの飛び入り参加も。畑ではじゃがいも掘りに活気が満ちあふれました。今年は早い時期に地上の葉が枯れてしまったため、当日は畑の土を手で掘りながらまるで宝探しのような収穫体験に。皆さん夢中になって『じゃがいもみつけ』を楽しんでくださり、小さなお子さんも両手いっぱいにおいもを抱えてニコニコ笑顔、嬉しさいっぱいの姿が沢山見られました。(こちらも幸せな気持ちでいっぱいになりましたよ～。ほんとに楽しかったです)じゃがいもはさつまいもと異なり、土の表面近くにおいもが実るため、幼い子どもたちでも無理なく簡単に収穫体験ができるとうれしいですね。ぽけっと畑から食育につながる活動を、これからも様々な工夫をしながら継続していきます。また、機会を見つけて摘みだてフレッシュハーブのお茶会などもサプライズ開催したいと思います。お楽しみに♪

by Fucci

### ＜試食会＞

採れたじゃがを蒸した塩バター、お庭で栽培しているローズマリーを用いたローズマリーチーズポテトなど素朴ながら野菜本来の甘みを感じて頂けるようなメニューを味わって頂きました。3品種どれもおいしいと好評でしたが、中でもインカのめざめが一番人気。今年はぽけっとのお庭のフレッシュハーブ「レモンバーベナ」「レモンラス」でレモンハーブティーを、「スペアミント」と緑茶のブレンドでミントグリーンティーのお茶会も同時開催。「おいしい！」「おかわり！」と大好評でした。



キタアカリ



インカのめざめ



インカのひとみ



レモンバーベナ



スペアミント

## 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～

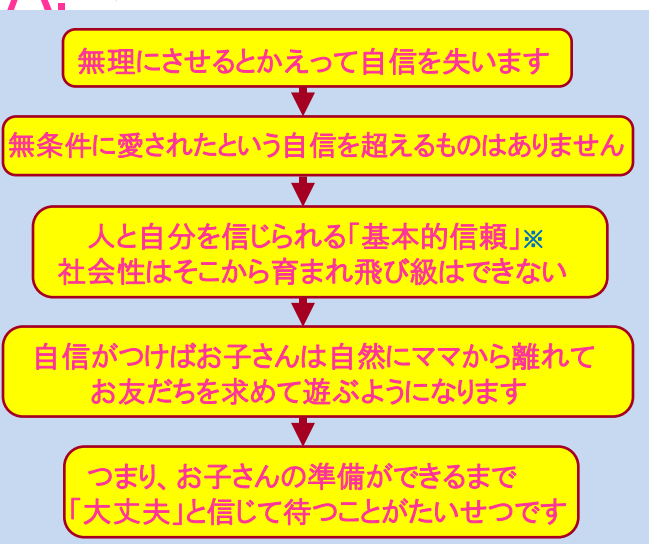
### おすすめの入園準備…根拠のない自信「できなくても大丈夫」

お待たせいたしました！！『ぽけっと幼稚園・保育園特集2013年度版』が完成。来春に向けて入園準備を始めようというお母さんたちから「まだですか？」という待望の声をかけられて、「お役に立っているかな？」とうれしいやらアせるやら…なんとか発行にこぎつけました。ところで、「幼稚園や保育園に入園するまでに何を準備するべきでしょうか？」お着替え？トイレトレーニング？食事のしかた？ママから離れること？お友だちとのかわり？…15年前、私も長男の幼稚園入園を控えていろいろ準備をしようとしていました。が、あれもこれも、我が子ができないことばかり目について余計な心配ばかり…幼稚園でやっていく自信をつけさせるつもりが、逆に息子の自信を喪失させてしまいました。子どもがやろうとする前に、母親が過干渉気味にいろいろやらせようとすると子どもにどういった影響を及ぼすか、今はよくわかるだけに当時の未熟さがとても口惜しいです。

準備というと、「できない」ことを「できる」ようにしがちですが、「できなくても大丈夫」と伝えることがじつは最も効果的な準備です。お子さんにはできないことばかりさせてしまうと、「今のままの自分ではダメだ」と自信がもてなくなります。興味があって「すこし頑張ればできる」くらいが程よい目標ですが、それも多すぎれば逆効果。3歳前後のお子さんにいちばん必要なのは、くりかえし「ありのままを認められる」経験。つまり「やりたいこと(好きなこと)を思いきりする」「できなくてもできなくても大好き」と言ってもらえること。そうすれば、自分はこれで大丈夫という「根拠のない自信＝自己肯定感」と人は自分を受け入れてくれるという「基本的信頼」を獲得して、自然に何にでも前向きに自分の足で歩みを進めていくことができるようになります。それこそがベストの入園準備！「できる」「できない」にかかわらず無条件に愛されることで根拠のない自信がつくこころの準備は、お子さんのすべての行動につながって可能性を広げていく一生の財産になるはず。どんな環境に置かれても、「失敗してもきつとできるようになる」「きつとわかってもらえる」と、自分を信じて人を信じられれば社会で自分らしく生きていける…そしてきつとたいいの訓練は乗り越えられますね。

Q. ママから離れる練習をしたりお友だちと仲良くする練習をしなくて大丈夫でしょうか？

A.



※アメリカの心理学者 E・エリクソンは、自我が一生発達を続けるもので人生には8つの大きな発達段階があると説き、中でもたいせつで欠かせない人生最初の発達課題として乳幼児期の基本的信頼の獲得を挙げています。