

まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん

まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん まりすこどもえん



2015年度 年主題〈平和をつくる〉

0・1・2歳児 11月主題「ありがとう」
 月のねがい
 ◎秋のみのりに感謝し、味わう
 ◎友だちや保育者と食を共にする喜びを感じる
 ◎季節の変化の中で元気に過ごす

3・4・5歳児 11月主題「ありがとう」
 月のねがい
 ◎自分の気持ちや考えを出し合いながら友だちと過ごす
 ◎いろいろな人の働きを心にとめる
 ◎秋のみのりやたくさんの恵みを喜び感謝する



脳の活性化とお手玉遊び

2年前、園の講演会で、鹿児島大学の山本清洋先生をお招きし、「脳の活性化とお手玉遊び」のお話を頂きました。その時からのご縁で、お手玉の会の方々から年に数回の指導を受け、子どもたちはお手玉遊びに親しんでいます。

さて、近年、子どもたちにはとても魅力的なテレビやゲーム・スマホなどが身近になっていきます。そして、いつの間にかその虞になってしまう傾向が強いです。この度、11月8日に開催されます森昭雄先生の講演会は、スマホやゲームのもたらす脳への恐怖についてお話しされるようです。

皆様方は、常に子どもたちに愛情を注ぎ、それぞれ自分らしく生き生きと活躍していけるように願いつつ育てておられます。この時代に子どもたちが健全で心豊かに育つためには、生活をどのように整えていけば良いのでしょうか。

この日の講演会を聴講して頂き、一緒に大切な子どもたちの育ちについて考えていきたいものです。沢山の方のご来場をお待ちしております。

園長

今月の聖句 「主よ、わたしのたましいは、あなたをあおいでいます。」

詩編 25:1
 「神 初めに 天地を創り給へり」。聖書創世記の冒頭のことばです。天体・地球・海・山・川・諸植物・諸動物、人間の創造が記されています。人間には肉体と同時に魂が与えられ、肉体は生命を支え、魂は神のことを思い、天地の神秘を探求するように期待されています。人類の発展は探求によってあらゆる文明の利器を創り出してきました。天体の星を見るたびに、多様の恵みを知るたびに、月の語りかけを聞くたびに、人間は科学者・哲学者・芸術家に身を投じて、互いの豊かさを積み上げてきました。しかし、単に人間のエゴのためにのみ自然や環境が利用されるだけでは、やがて人類滅亡に通じます。バランスよく利用されてはじめて持続することができます。人間の欲望追及の暴走をとめ、謙遜になるために神の忠告が必要です。「神を仰ぐ」とは神のことばに耳を傾け、宇宙万物が相互に助け合い、分かち合うことができたとき、私も幸福になり、あなたも幸福になります。

前理事長 池田公榮



11月の行事予定

4日(水)	おにぎりパーティー
5日(木)	下西小交流訪問(年長児)
8日(日)	国民文化祭参加(年長児)
11日(水)	スープパーティー
14日(土)	来年度入園説明会
19日(木)	誕生会(10・11月生まれ)



2016年度入園説明会
 11月14日(土)
 9時30分より
1号入園願書受付開始
 12月1日(火)
 ご紹介を何卒宜しくお願いします!

12月の行事予定

2日(水)	もちつき
8日(火)	クリスマス会予行
12日(土)	クリスマス会
21日(月)	終園式(1号午前保育)

親も自分にマッサージしましょう!

山口 創 著

島の所々で見かける芙蓉の花。朝開花したときには白い花弁が、夕方になるとピンク色に染まっていく。酔芙蓉がとももきれいです。秋も深まり、時折冬の訪れを感じさせる風が触れていく季節になりました。大きな行事を終え、一息。季節の移ろいを五感で感じながら、ゆったりとした時間を楽しんでいます。一つ一つの行事が終わるたびに、私達にも達成感や安堵感はもちろんありますが、同時に淋しさも感じるものです。多くのシーンで支援が必要だった子どもたちが、それぞれの時を得て育っていきいます。様々な経験の後、自立を感じさせる行動や言葉の表れが嬉しくもあり、少しずつ手から離れていく淋しさもあります。

今月、年長児と一緒に交通安全指導を兼ねて下西小学校を訪問します。一年生との交わりの時間を取っていただけよう。このような機会に、懐かしい卒園生の姿を見ることができるとはとても嬉しいことです。毎回、すっかり成長した身体と言葉遣いに驚きつつ、友だちとの関係性や社会性の育ちを垣間見られることはとても感謝です。

幼児期の社会性を考えることは、まず友だちとの関わりを考えることです。しかし、見知った相手ならまだしも、知らない相手がたくさんいる環境の中に置いて、「なかよく遊んでね」「上手に遊ぶんだよ」というのは、大人が考えるほど簡単なことではありません。まだ集団に属さないひとり遊びの時期。自分が遊びにのめり込むことで一杯の時間を、十分に遊び込んで満足することが大切です。満足いくほどに遊び込んで経験が、友だちと遊ぶことへの楽しさへと繋がっていきます。その中で、相手の気持ちや良さに気づく感性をゆつくりと育てたいものです。乳児期の依存体験でいっぱい自分の欲求をかなえられた子どもは信頼感が高まり、他者との関係性へ繋がっていきます。そうして、友だちとの交わりの中で競争意識を感じ、協調や共感とのバランスも見えてきます。運動会やおすもう大会で得た忍耐や自信が、今後の行事や活動の中で、自主性や創造性として現れてくるのを期待していきます。

集団生活で与えられる大きな賜物。それは友だち。保育者との信頼関係や直接的な体験と共に、喜怒哀楽を共有し、競い合い、衝突し、分かち合える関係を持つことこそ幼児期にふさわしい生活ではないでしょうか。相互に刺激し合い、興味関心の高められる日々になりますように祈ります。流汗の疾患が蔓延し始める時期、手洗い・うがいに十分な睡眠と食事心がけて参りましょう。

学園長

子育てや家事、仕事などでストレスがたまっているようなときは、親も自分へ腕や顔へのセルフマッサージで自分自身をケアしてください。セルフマッサージは、やりたいときに自分一人ですぐにできるのがメリットです。

セルフマッサージを行う際のポイントは、クリームやオイルをつけて、ゆっくりとしたスピードで自分の体をなでさることです。すると副交感神経が優位になって、心がやすらぎ、ストレスが減ります。イライラして怒りっぽくなっているようなときにも有効です。心が落ち着いて、気持ちがずまります。

その反対にクリームやオイルをつけないで速いスピードでマッサージをすると、交感神経が優位になり、体は覚醒し、頭もさえてしまいます。疲れているけれどももっとがんばらなければいけないといったときは、この方法がよいかもかもしれません。また、不安を感じているようなときは、自分で自分をギュッと抱きしめるだけでも心が落ち着いてきます。

PTSD(心的外傷後ストレス障害)の子どもたちのケアで用いられる「バタフライハグ」という方法もあります。手のひらを自分の側に向け、両手を胸で交差させて肩を抱き、片方ずつトントンとやさしくたたくことで、安心感が増して

側面にあること

ストレスがあると子どもとの触れあいも楽しめませんし、せつかくのスキンシップ効果も薄れてしまいます。心も体も疲れていると感じたら、ぜひご自分もケアしてほしいと思います。そもそも、ベビーマッサージでは、赤ちゃんへのマッサージの前にまずは疲れているお母さん自身をいやしてあげることが大切です。多くのお母さんは日ごろ、子どもと関わっている重荷を労ってくれる人がなかなかいないため、一人でそれを背負い込んでいます。だからこそ、ベビーマッサージ教室などに行ったときは、母親もお互いにハンドマッサージをしたり、肩をもんだりしてストレスを軽くしましょう。そのようにすると、涙を浮かべたり、ため込んでいた苦勞を話さずお母さんもたくさんいます。

こうしてお母さんを外出させて、同じ苦勞をしているお母さん同士をつなげたり、お母さんを労ってあげることが、ベビーマッサージ教室の大切な目的のひとつだと思っています。

まずは、お母さんがそのようにして自分のストレスを解消してから、ベビーマッサージをはじめるとよいでしょう。

※「脳はだっこで育つ」 より抜粋