



たいよう

子育て通信

平成28年 NO. 149

今年の夏は記録的な猛暑とリオ五輪で「暑く・熱い夏」になりましたね。

4年間毎日、それも1日のほとんどの時間を練習に費やし、やっとこの舞台に立てたんだろうなあ・・・と想像するだけ

で胸がドキドキ。どうか全力が出しきれますように、と祈りながら観戦していました。それだけにメダルを獲った選手のうれし涙だけでなく、惜しくもメダルを逃した選手にも心から拍手を送りたいと思いました。メダリストだけでなく、選手全員に「感動をありがとう」と伝えたいですね。地道に努力を積み重ねることの大切さ、そしてそれを支える家族やコーチ、皆さんの応援が選手の大きな力になっているとも感じられました。

秋は運動会や音楽会など行事が多いですが、我が子が全力で取り組めるよう見守り、応援し、子どもの成長を親子で喜び合ひましょう。

東加古川子育てプラザ

TEL 423-5517

加古川駅南子育てプラザ

TEL 454-4189

♪子育てエピソード♪

♥ オリンピックの影響 ♥

夏休みが終わる頃、子育てプラザのこどもひろばで3～4歳の男の子が数人で遊んでいました。その中の1人が丸いブロックを片手に掲げ、誇らしげに「やった！メダルをかくとくしたぞ～！」きっと家族みんなでオリンピックの応援をしてくれていたんだね♪



♡こんなはずじゃなかった…♡

午後4時頃、子育てプラザに着くなりK君のママが「こんなはずじゃなかった…」と。聞けば今日はK君の誕生日。プラザの近くのケーキ屋さんで注文していたケーキを受け取り、すぐに帰ろうと思っていたのに、K君が「しえんしえ（先生）、しえんしえ！」と子育てプラザをリクエスト。ママ、早く帰ってごちそうの準備をしたかったでしょうに、K君と閉館時間まで遊んでくれてありがとう♡

祖父母だからできること

～愛情とぬくもりの中で～



子どもたちは、おじいちゃん、おばあちゃんが大好き。子どもたちにとって「絶対の味方!」。愛情とぬくもりを与えてくれる存在です。

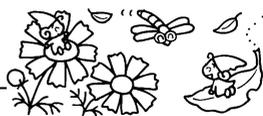
私の母方の祖母は、少し離れたところに住んでいたのですが、遊びに行くと、いつも私が大好きなさつま芋のてんぷらを作って待っていてくれました。そして、必ず抱っこして「いい子だいい子だ」と言っていて、頭を撫でてくれました。その後は、おしゃべりな私の話をうなずきながら「あんたの話はおもしろい」とニコニコ顔で聞いてくれました。けっして上手ではなかったと思われる歌も「うまいうまい」と拍手をして褒めてくれました。また、編み物や裁縫を教えてもらい、散歩をしながら花や木の名前も教わりました。何でもできるおばあちゃんに、「スーパーウーマンだ!」といったも言っていました。そんなおばあちゃんが大好きでした。

祖父母には、時間と気持ちに余裕があって、ゆったりと流れる時間の中で、子どものことをそのまま受け入れてくれる温かさがあります。それが居心地の良さであり、安心感につながっていくのだと思います。そして、自己肯定感(自分は大切な存在だ、生きている価値があるという気持ち)も育まれることと思います。

更に、祖父母とのコミュニケーションを通じて、子どもたちに親以外の様々な価値観や世界を知ってほしいです。祖父母に、昔の遊びや工作、手芸、囲碁、将棋などを教えてもらい、いっしょに心をワクワクさせながら遊ぶことで、好奇心や夢が膨らむことでしょう。また、私もそうでしたが、おばあちゃんの子どものころの話をしてもらうのが大好きで、いろいろなことを想像しては、心躍らせていました。パパやママの子どものころの話聞かせてあげるのも喜ぶますよ。きっと想像力も育まれると思います。どうぞそんな機会もつくってあげてください。

世代を超えた交流が、子どもだけでなく、パパとママ、おじいちゃんとおばあちゃんに学びと喜び、笑顔を届けてくれることを願っています。

○-----○
今度おじいちゃん、おばあちゃんに会うとき、この「たいよう」をいっしょに読んでもらえるとうれしいです。



子どもの運動神経をよくする方法



うちはパパもママも運動音痴だからなあ…なんてあきらめないで！さまざまな経験をすることで運動神経は伸ばせるそうですよ♪そのためには年齢別の効果的なトレーニングをコツコツと地道に続けることが大切。小さいうちはママやパパが子どもと一緒に汗を流し、年齢とともに子どもが運動できる環境を準備してあげましょう。

①0～1歳児は五感を刺激する

五感が未発達なこの時期の乳幼児には、できるだけスキンシップなどの楽しい、気持ちいいという体験をたくさんさせましょう。新生児の時期から体のマッサージもできるし、首が座ればおんぶすることも五感の刺激に。お座りするようになったら、絵本の読み聞かせや指先を使うおもちゃなど、スポーツに偏らないで様々な体験をさせることが大切です。また1歳を過ぎたら、午前中はできるだけ外遊びや散歩をさせましょう。夜の寝つきもよくなります。

②2～4歳児は色々な運動を体験させる

跳んだり、走ったり、踊ったり…と、本人が楽しいと思える日々の遊びの中で、体を動かす機会を作ることが大切です。砂場で遊ぶ、ブランコをこぐ、鉄棒、トランポリン、ボール遊び、木登りなどを頻繁に行う子どもは、何か特別なスポーツだけをさせている子どもよりも運動神経が高くなるという研究結果もあるそうです。

③5～6歳は道具やルールを使った運動をさせる

この頃も、1つのスポーツの動きばかりを反復させるより、なるべくいろいろな動きができるように体に覚えさせることが大切です。また、体も大きくなり集団生活にも慣れてくるので、ルールのある遊びやボールや縄跳び、自転車などの道具を操作する遊びを経験させることが望ましいでしょう。

知ってた？

《敬老の日の発祥地は兵庫県！》

敬老の日の発祥地は兵庫県多可町です。その誕生は今から69年前、戦後の動乱期である昭和22年までさかのぼります。

当時、野間谷村（現・八千代区）村長であった門脇政夫さんは初めて村主催の敬老会を開催しました。長い間社会に貢献してきたお年寄りに敬意を表すとともに、知識や人生経験を伝授してもらう場を設けることが目的だったそうです。農閑期で気候的にも過ごしやすい9月15日を「としよりの日」と定め、55歳以上の人を送迎し、公会堂に招いてごちそうと余興でもてなしました。さらに県や国に対して働きかけを続け、昭和41年、ついに「敬老の日」は国民の祝日に加えられました。



～多可町ホームページ参照～

JAFによる

チャイルドシート
講習会

- 【と き】 11月5日(土)
10:30~12:00
- 【と ころ】 東加古川子育てプラザ
- 【内 容】 チャイルドシートの必要性や
選び方、使用効果実演
- 【対 象】 小学生未満の子どもと家族
- 【定 員】 20組
- 【参加費】 無料
- 【申込み】 10月17日から
東加古川子育てプラザへ

パパとママの
子育てパートナーシップ

- ~パパの笑顔がママの笑顔をつくる~
- 【と き】 12月4日(日)
10:30~12:00
- 【と ころ】 加古川駅南まちづくり
センター4階ホール
- 【内 容】 大阪教育大学准教授
小崎恭弘先生による講演
- 【対 象】 小学生未満の子どもの
父親または夫婦(託児あり)
- ※詳細は広報かこがわ11月号で

かんたんおやつ作り ♡コロコロスイートポテト♡

- 【材 料】 ・さつまい芋300g ・バニラアイス100g ・砂糖 適量
・卵黄(ツヤ出し用)1個分 ・8号アルミカップ8枚

- 【作り方】 ①皮をむいたさつまい芋を2cm角に切って水にさらし、アク抜きをする。
- ②①を水から取り出し、水がついた状態で耐熱容器に入れてラップをし、600Wのレンジで5分ぐらい加熱する。(箸が通るまで)
- ③②を熱いうちにつぶし、バニラアイスを入れて混ぜ、丸められるぐらいの固さにする。(お好みで砂糖を足してね)
- ④③をだんごのように丸め、アルミカップに入れる。
- ⑤表面に卵黄をぬり、オーブントースターで表面に焼き色がつかうまで焼く。



☆きらりing編集室☆

先日「みてみて!」と、リュックに付いている手作りのアンパンマンのマスコットを見せてくれたお友だち。「誰に作ってもらったの?」と尋ねると、「おばあちゃん!」と、満面の笑みで答えてくれました。また、おじいちゃんに可愛いお洋服や靴を買ってもらって見せてくれるお友だちも。うれしいことですね。

子育てプラザには、お孫さんを連れておじいちゃん、おばあちゃんもたくさん来ています。そして目を細めながら、ゆったりと見守っている姿を見かけます。いろんな世代とふれあうことは子どもにとっても大変よいことです。近くに祖父母がいない方は、ぜひ、プラザの「シニアオープンルーム」に遊びに来てください。シニアボランティアさんが優しく出迎えてくださり、子どもたちだけでなく、ママにとってもホッとできる安らぎのひとつときになりますよ♡

