

子育て通信

おひさま広場

2025年 3月号(月1回発行)

今年は、いちばん風が強い日が多く、石けりが多い日も多いですが、だんだんと春は近づいてきています。あつという月3月です。今年度もたくさんのおひさま広場に足を運んでくれた。一緒にあそび、笑い、悩みや成長を共有し、一緒に考えたり喜びあいなから楽しく活動させてもらいました。各年齢ごとの広場は、残りわずか。おひさま広場にきてくれたみなさんありがとうございました。

入園等広場卒業の親子のみなさん、園庭開放や「氣」が休みの時等々参加できますよ。お待ちしております!!

高崎市倉賀野町194
おひさま倉賀野保育園
HP QRコード
TEL(027)347-0441
(子育て支援センター)
(027)346-3899 (保育園)
http://ohisamakuragano@gmail.com

学ぶつどい「離乳食について」

3/4(火)
10:00~

保育園の調理師に来てもらい初期~完了期までの形状や味の濃さ、進め方などお話しします。実際に大人は、試食できるので、離乳食が小まめだったり、これから始まる離乳食が心配という方、ぜひ予約して下さいね。あつにいはいになりつつあります。

対象 妊婦さん~6カ月の子ども
参加費 300円

3/3(月)
14:00~

妊婦さんの広場

おしゃべりしたり、保育園のおやつを試食もしたいと思っています。
2/27(木)までに申し込み下さい。

たんぽぽ4・5月コース募集!!

7,8カ月児の親子を対象にした全6回の赤ちゃんクラブです。各回ごとにテーマ設定、生活リズム、離乳食(試食あり)、絵本等学べます。情報交換をしながら、1時間30分(おひさま広場)。初回は、4/8(火)です。来園時又は、Telにて申し込み下さい。
(6・7月、9・10月、11・12月、1・2月コースも列年行っています。)

3月の2回目で、今年度のみんなであそぼう広場は、終了となります。(園庭開放は、3/27まで) 入園を引越かし(広場にこれなくなった場合)の子は、手型もビズので、声をかけて下さいね。そして「みんなであそぼう」の日には、こんなことしてあそびたい!! というのがあれば、提案お待ちしております!!

2025年 3月の予定

日	月	火	水 0歳	木 1・2・3歳	金 1・2・3歳	土
						1 園庭開放
2	3 pm 妊婦さんの広場	4 学ぶつどい 離乳食について	5 am 誕生会 pm 体操・計測	6 誕生会	7 庭あそび	8 園庭開放
9	10 園庭開放	11 園庭開放	12 am みんなで遊ぼう pm みんなでしゃべろう	13 みんなであそぼう	14 みんなであそぼう	15 園庭開放
16	17 園庭開放	18 園庭開放	19 園庭開放	20 春分の日	21 園行事の為園庭開放お休み	22
23	24 園庭開放	25 園庭開放	26 園庭開放	27 園庭開放	28 新年度準備の為お休み	29
30	31					

水曜日は這える子はamへ、まだ這わない子はpmへ遊びに来てね!
※広場の活動については、予定が急遽変更になる場合があります。HPも見てね。

◆年齢ごとの広場

午前の活動(水~金)

9:30~11:30

午後の活動(水)

13:30~15:30

◆ランキタイム

(水~金)広場終了後

11:15~12:15

おにぎりやお弁当を作って持ってきてね。

(車は奥の駐車場へ。食べない人が手前の駐車場に停めてくださいね。)

◆園庭開放(月~土) 9:30~11:30

※利用者名簿等記入(センターの掲示板へ)

◆オープンフロア(活動のない月火木金)

9:30~11:30

14:00~15:30

◆電話相談(月~金)

13:00~16:00

◎持ち物◎

帽子、着替え、タオル(水曜PMはバスタオル)

名札(初回配布)、おむつ替えシート、お茶(ジュースは持ってこないでね)等

現在、基本的には予約制ではありません。(場合により予約が必要な時があります。)

利用する方は、問い合わせ下さい。

2025年 4月の予定

日	月	火	水 0歳	木 1・2・3歳	金 1・2・3歳	土
6	7 園庭開放	8 たんぽぽ①	9 am 室内遊び pm 体操・おしゃべり	10 庭あそび	11 庭あそび	12 園庭開放
13	14 園庭開放	15 たんぽぽ②	16 am 室内遊び pm 体操・おしゃべり	17 庭あそび	18 こいのぼり作り	19 園庭開放
20	21 園庭開放	22 たんぽぽ③	23 am・pm共に こいのぼり作り	24 こいのぼり作り	25 誕生会	26 園庭開放
27	28 園庭開放	29 昭和の日	30 am 誕生会 pm ティータイム			

全年齢対象 園庭開放(月~土) 9:30~11:30

土曜日はお庭にいる職員に声をかけてね。

特別よみもの

自分にも 惜しみない愛を

子どもを幸せにする近道
それは、自分自身を愛し、
受けとめることなのかもしれません。

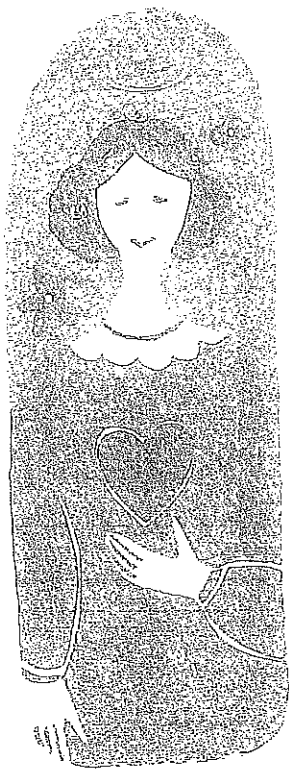
「この世に生まれてきて、最初に耳にする言葉は、いったい誰の言葉でしょうか？」
「はじめまして、あなたのお母さんです。」
そうですね。それはお母さんの言葉なんです。出会った親との触れ合いや関わりから多くを学び、感じ、そして自身の成長の糧にしていきます。

子どもにかける言葉は、子どもの心の成長に大きな影響を与えるため、とてもとても大切に言われています。

『何を言ったか』ではなく、『何が伝わったか』
子どもって本当に天才ですよ。ね。
「どうしてできないの？」と聞くと、子どもは「〜とできない理由を自分で考え、探し、見つけてきては、それに一生懸命答えてくれます。」
「どうすればできるの？」と聞くと、子どもは「〜とできる方法を自分で考え、探し、見つけてきては、それに一生懸命答えてくれます。」

子どもの言い訳を引き出してあげられるか、それとも子どもの素晴らしい可能性を引き出してあげるのか、それはこちらの質問の仕方ひとつ、言葉ひとつで変わってくるのかもしれない。

たとえわが家では、
娘が泣いているときは「泣いちゃダメ」
よりも、「そっかー悲しかったんだね〜」。
転んだときは「痛くないよ」よりも、「痛かったね〜」。
迷っているときは「ごちがいいいよ」よりも、「ごちがいいい〜」。
何かをやっていると「〇〇してくれたら、お父さん嬉しいな〜」。
何かをやめてほしいときは「〇〇やめなさい」よりも、「〇〇されたら、お父さん悲しいな〜」。
急いでいるときは「遅刻したらダメ」よりも、「時間を守ることを大切にしようね」。
何かをこぼしたときは「もう〜何やってんの〜」よりも、「拭いたら大丈夫」。



高島 大
(人間関係トレーナー)
1976年生まれ。両親の離婚をきっかけに幸せな家庭とは、幸せな人間関係とは何かを考え始め、独自の考え方を身につける。小学教、検校、助産院などの外職経験もあつめる。著書、「すぐなにも幸せにできない。(ワニブックス) はベストセラー。

否定や命令や指示の言葉よりも、できるだけ受け受容や共感や質問の言葉をつかうように意識しています。そうすることで、子どもは自身が感じている気持ちを安心して表現することができるようになり、自身の存在が承認されているという自己肯定感が育まれるんですよ。

「コミュニケーションで最も大切なのは『何を言ったか』ではなく、『何が伝わったか』です。そして子どもは、親が発する言葉そのものよりも、言葉に付随してくる親の表情や声のトーンや雰囲気から、あらゆるモノを『感覚』で受け取ります。親としていつも、今娘はどんな気持ちなのか？ 今娘はどうしたいのかな？ 今どんな言葉をかけてあげればいいのか？ と娘を思い、ベストな選択を心がけているのですが、実はそれが一番難しいんですよ。

知識に
囚われすぎないように

「〜までは、正論や正解と呼ばれるモノで、おそらく多くのお母さん、お父さんが一度は目にして耳にしたことがある。知識なのではないでしょうか？ ですが、人の気持ちや感情は、正論や正解という知識だけでは決してうまくコントロールできるモノではないですよ。

子育てや家事や仕事に一生懸命生きていく忙しい日々の中では、いつもいつも優しい眼差しや表情で、穏やかな言葉がけをしてあげられる訳ではありません。いつもいつも大切なことを忘れずに意識し続けられる訳ではありません。忙しくて時間がないときや、イライラしているとき、疲れているときや悩んでいるとき、そんな心にもっと余裕がなくなってきたときは、子どもに最良の言葉をかけてあげるのはなかなか難しいことでもあつたりしますよ。

子どもの幸せを願う、世の中のお母さんやお父さんはみなさん、子育てについてたくさん勉強をしたり学んだりしています。子どもへかける言葉の大切さや、具体的な言葉遣いのポイントや効果など、心構えや

親子で笑顔に

子どもが幸せになる
お母さんの言葉

PHPの心のこ子育?
10月特別増刊号 FJ

ノウハウ、テクニクをたくさん目にした耳にしたりする機会も多いかと思えます。ですが、せっかく学んだ素晴らしい知識も、あまりにも「〇〇するべき」「〇〇であるべき」という正論や正解に囚われすぎてしまうと、頭(知識)に心(気持ち、感情)がついていけなくなってしまう、本来の楽しく幸せな子育てが、逆にちょっと苦しくなってしまうんです。

言葉をかける者にとって一番大切なのは、まず何よりも自身の心が幸せであることではないでしょうか？ 子どもの心に良い影響や栄養を与えるためには、まず親である私たち(お母さん、お父さん)自身の心が心地よく、幸せであることがとてもとても大切です。

「あなたは日頃、ご自身にどんな言葉をかけてあげていますか？」
「またつい怒鳴っちゃったな……」
「忙しくてあまり遊んであげられなかったな……」
「優しい理想の母になれてないな……」
そんなふうな、いつもご自身に厳しい言葉をかけていますか？
それとも、
「今日もよくがんばったよね」
「えらかったね」
「いつもありがと〜」
「大好きだよ」
そんなふうな、いつもご自身に優しく温かい言葉をかけてあげていますか？

子どもへの言葉がけで本当に大切なことは、実は親である私たちが、自分自身に日頃どんな言葉をかけてあげているか、それがとてもとても大切なんです。

あなた自身を
幸せにすることを大切に

「自身の中にあるモノ」、それが言葉の土台であり、「コミュニケーションの本質」です。もし、子どもに優しい言葉をかけてあげたいならば、真っ先にご自身に優しい言葉をかけてあげましょう。もし、子どもにできないこと、よりも、できること、に目を向けられる子に育ってほしいければ、真っ先にご自身の「できていること」に目を向け、たくさんほめてあげましょう。子どもに惜しみない愛情を与えることで、愛情豊かな子に育ってほしいければ、真っ先にご自身に惜しみない愛情を注いであげましょう。

子どもは、まず親が幸せであることが大前提です。子の幸せを願うなら、まず親である私たちが幸せな気持ちでいることがとても大切です。

「あなたは日頃、ご自身にどんな言葉をかけてあげていますか？」
「〜、愛と受容と承認に溢れた、優しく温かい言葉を、いつも自身にかけてあげてくたさいね。」

今年度最後のニュースとなりました。子育てで正解がないからこそ、迷うこと、悩むこともありませぬ。だからこそ、一人で悩まず、一緒にしゃべり、思いを共有し、仲間と共に、子育てを楽しめるようにしたい。我が子と在るうまいかないなってことありますが、かかっているからこの悩みのこと。お心なごめは、来年度もまたお待ちしています。笑顔あふれる春が来ますように。