にこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきら

訓子府町認定こども園

わくわく園だより

R6 年5月１０日（金）
No.　5
文責：牧野喜充

きらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわくにこにこきらきらわくわく

「お母さんのふしぎな力」 5月12日(日) “母の日“

お母さんには「直接的な育児能力」（本能的に子どもを育てる力）があります。お母さんは赤ちゃんが幸せな気持ちで興味が湧くように、明るく優しいリズムや調子を選んであやしたりします。これは知識で教えられるものではなく、自分が幼い頃に愛された体験を親になると自然に湧いてくる本能的なものです。直接的育児能力は、未開発国に豊かに見られますが、高度に発達した文明社会の母親は、頭でっかちになってダメになると言われています。

戦後のベビーブームに生まれた世代の母親は、洗濯機もなく、素手でせっせと家事と育児をこなしていました。子どもの病気も多く、真心と祈りだけがよりどころだった頃は、おそらく直接的育児能力は豊かだったのでしょう。

日本は世界最低の乳児死亡率と最高の平均寿命を誇りながら、子どもたちはかつてなく苦しんでいます。いじめ、不登校、自殺、幸せな子どもの発達環境が変化しています。しかし、不思議なことに、どんなひどい心の傷を負い絶望している子でも、お母さんが真心をこめてわが子に接するようになると、水を得た魚のように蘇るものです。お母さんには、子どもの心を癒す不思議な力があります。子育てを社会全体で担うようになっても、お母さんが本来持っている「直接的な育児能力」を失うことなく、さらにそれが磨かれていくようにお手伝いするのが、こども園の役割だと思っています。**お母さん「がんばってね！」**

連 休は 「家族団欒」 「園長先生、〇〇に行ってきたよ！」

娘が小さいころ、GW は動物園などを連れて回りました。ところが薄情娘は、どこへ行ったかなど全く覚えていません。家族で出かけることは、子どもより、お父さん、お母さんの楽しみなのかもしれません。大事なことは、どこかへ出かけることではなく、親子で一緒に楽しく過ごすことです。家族みんなで BBQ をした。おじいちゃんもおばあちゃんもみんな笑顔だった。お父さんとお母さんと手をつないで散歩をした。お父さんといっしょに自転車の練習をした。そんなご家庭もあったことでしょう。

「家族団欒（らん）」とは、家族が一堂に集まって仲よく話をしながら楽しく一時を過ごすこと。「団欒」は、大勢が寄り合って楽しく語り合うことです。お仕事でお休みを取れなかった方もいらっしゃるでしょう。休みが取れたら、家族が仲よく、一日楽しく過ごしてください。

「五月病」は子どもにもある？ 五月病は大人だけではありません。

環境の変化に順応しようと頑張りすぎると、心の緊張がずっと続き、ストレスが蓄積されてしまいます。それが長期休暇に入ることで、気が緩み、張り詰めていた緊張が途切れてしまうのです。子どもにとって、入園や入学は大きな環境の変化です。不安を感じたり、緊張してしまうのです。まじめで頑張りやさんほど「きちんとやろう」という気持ちが強く、自分でも気付かないうちに心が疲れてしまいます。また、この時期は、寒暖差や気圧変動が大きい季節です。寒暖差で自律神経が乱れ、エネルギー消費が増え、疲れやだるさを感じやすくなります。

どのようにフォローしてあげればよいのか、まずはのんびりと過ごさせてあげることです。あまり叱らず、リラックスできる環境を作ってあげることが大切です。疲れた心にそっと寄り添っていくと自然と治っていくのが「五月病」です。成長の歩みは、人それぞれです。子どもの歩みに合わせながら焦らずに見守ってあげて下さい。

「お集まり会」では「いっぱい遊んで、いっぱい食べて、いっぱい寝たら治るし、五月病にもならないよ！」と話しました。お父さん、お母さんも五月病にならないように、常にリフレッシュに心がけてください。