

ツッキーの子育て論

幼稚園と家庭を結ぶ架け橋として月に2回程度の「園長だより」を発行し、幼稚園の行事や園児の活動とともに子育てに関する内容を取り上げています。

その中の躰や家庭教育のあり方、さらには子ども達の健康面や安全・安心など、いわゆる「子育て」に関するものをこのファイルに転載しました。関心のある方はぜひご覧になってください。



榑原 剛（さかきばらつよし）のプロフィール

1944年、愛知県生まれ。名古屋市立大学大学院修了。公立小中学校の校長を経て、2007年度よりしらぎく幼稚園長。2011年度より中部大学の非常勤講師として、教育内容論や保育内容研究等を担当。他大学や各種団体での講話や講演活動もある。

「ツッキー」というネーミングは、私の名前が難しく、園児から親しみが増せばということでした。

I 親としての心構え

「子どもの安心感」

新入園の保護者の皆さんは、お子さんの毎日が不安でいっぱいだと思います。大事なことは、保護者の皆さんが、まず、自分たちが育てた子どもだから大丈夫だと安心することです。そうすれば、お子さんも落ち着いてきますよ。

【平成19年度1号(2007年4月12日)】

「三つ子の魂百まで」

「三つ子の魂百まで」とは、幼い頃に形づくられた性格や行動は死ぬまで変わらないという意味ですが、本当にそうなのでしょうか。

なかなか変わりにくい側面があることも確かです。

もっとも変わりにくいのは、「人間」に対する見方だと思います。私たちは、「人間」とはどのようなものかという一つの見方を持っています。「人間」の中には、自分も他者も含まれています。他者の中で一番重要なのが親です。子どもが「他者像」をつくりあげていく時、その基礎になっているのが「親像」です。

「いつ・どんな時でも自分を守ってくれる親」という「親像」を持つことができた子どもは、その気持ちや行動を他者にも広げていき、一般的な「他者像」にしていくことができます。また、「自分を守ってくれる親」という「親像」を持ったということは、「親から愛され守られる価値のある自分」という「自分像」を持ったことにもなります。その意味

では、「自分像」も親との関係を基礎にしているということができます。

一度できあがった「他者像」や「自分像」はなかなか変わらないと言われていますが、幼児はもちろんのこと、小学生や中学生ぐらいまでなら、修正することはできます。もし、子どもの心の中に他者に対する不安や自分に対する不信があるようでしたら、まず、親子の信頼関係を確かなものにしてください。そのためには、子どもに対して親が「良い目」で見るということから始めなければなりません。子どもの長所も短所も「すべて大好きよ」ということを示してください。きっと子どもの心の中には変化が生まれてきますよ。

[平成 19 年度 12 号(2007 年 11 月 1 日)]

「過去は日々生まれ変わる！！」

子育てに失敗や成功はありません。子育てのチャンスの有無やチャンスを活かそうとする姿勢の有無があるだけのように思います。本園に関して言えば、入園までに、歩くこと、友達とのコミュニケーションをどれだけ意識されたとしても、入園と同時に、それが十分でなかったと感じられるケースも出てくると思います。

しかし、その段階で、子育ての失敗・成功を判断するのは早計だと思います。人間は機械と違い、常に変化していきます。ましてや、子ども達は短い期間に急激に変化し、どんどん成長していきます。適切なチャンスの有無やそれを活かそうとする子ども達、さらには、それを応援しようとする保護者の励ましや支えが何よりも大切になってきます。幼稚園の仕事は、そのための場作りであり、機会の提供であるように思います。

事実としての過去は不変ですが、人生の物語としての過去は、常に新しい経験によって変化していきます。またその都度、持つ意味が変わっていきます。失敗と思われたことが成功のきっかけになったり、「あの経験があったから、今がある」と言えたりすることもあるのではないのでしょうか。

いずれにしても、これからの未来は不透明なことが多いように思います。ぜひ、今に希望を持っていきたいものです。

[平成 19 年度 18 号(2008 年 2 月 15 日)]

「夏休みのくらし方 ——育ちの基本を大切に——」

日々成長している子ども達の育ちが「夏休み」にならないよう、次のことに留意していただきたいと思います。

まずは、規則正しい生活です。早寝・早起き、3度の食事、決まった時間のおやつなど、リズムのある生活を心がけることが大切です。これらは、子ども達の「育ち」の基本になります。

次に、暑いからこそ、汗をいっぱいかいて体温を調整するようにしてください。エアコンに頼り切った生活ではいけません。ただし、熱中症にならないように、こまめに水分を取るようにしてください。水分は、水やお茶、3度の食事から取ることが大切です。

さらに、日々の生活の中で、「自分で考え、自分で行く」という自発性を大事にしてくだ

さい。家庭生活の中には、子ども達が手伝えることは結構あります。「危ないから」とか、「まだ小さいから」、「後始末が大変だから」と言わずに、まず手伝わせてみてはいかがでしょうか。親子の交流も深まりますよ。 **【平成 22 年度 5 号 (2010 年 7 月 16 日)】**

「読書の秋」

秋本番を迎え、じっくりと保育ができるようになりました。

秋の夜長は「読書の秋」とも言われますが、忙しい保護者の皆様にはまとまった読書の時間を持つことは難しいのではないかと思います。

そこで、お勧めしたい一つの方法が辞典の利用です。手近にある辞典をパッと開いて、そのページの言葉を一つか二つ拾い読みをします。知っている言葉は改めて確認することができますし、知らない言葉からは意外におもしろい発見があります。この方法であれば、まとまった時間は必要ありません。

私は、時々辞典を開きますが、すぐに忘れてしまうので、同じページが出て来ても苦笑しながら読んでいます。

子ども達は大人の指示には従いませんが、することは真似るようになります。大人が本に接している姿は、子ども達に鮮明に刻まれていくのではないのでしょうか。

【平成 19 年度 10 号 (2007 年 10 月 1 日)】

「3・4・5・6 歳児とは！！」

くまのプーさんの原作者である A・A・ミルンの詩に、「1つのときは なにもかもはじめてだった。2つのときは ぼくはまるっきりしんまいだった。3つのとき ぼくはやつとぼくになった。4つのとき ぼくはおおきくなりたかった。5つのとき なにからなにまでおもしろかった。」というのがあります。

皆さんのお子さんは、そのような 3・4・5 歳でしょうか。

そして、A・A・ミルンの詩は「今は6つで ぼくはありったけおりこうです。」と続いています。

私は、そのようなプロセスを経た 6 歳児を育てたいと思います。

【平成 21 年度 7 号 (2009 年 7 月 16 日)】

「第一反抗期！」

3～4歳の頃は、「イヤイヤ期」といわれる第一反抗期であり、「赤ちゃん帰り」をする時期でもあります。

「ご飯食べようね」「イヤ」、「お散歩こうね」「イヤ」など、何でも嫌がります。これは自我が芽生え、自分を主張したいという気持ちが出てきた証拠なのです。お母さん達は分かっています。だから、初めのうちは冷静に対処していますが、やがてムキになりぶち切れ状態になるのです。まさに、子ども同士のケンカ状態になります。もちろん、お母さ

んには大人の心が残っており、そうってしまった自分を激しく責めることになります。そんな時は、思い切って子どもみたいに泣いてみたらどうでしょう。お子さんは、「ママ、どうしたの？」と慰めに来ます。子どもはお母さんが大好きですから、困っているお母さんを助けたいと思うのです。

3～4歳になると、自我が芽生えて一人の人間として自立し始めます。その一方で、過ぎ去った昔を思い出すことがあります。それが「赤ちゃん帰り」であり、食べ物をポロポロこぼしたり、よだれを垂らしたり、おもらしをしたり、信じられない行動をします。このような仕草は、「甘えさせて欲しい」というメッセージであり、焦る必要も心配する必要もありません。子どもは小さな心で葛藤しています。甘えたらママや兄弟に悪いと思っているかも知れません。

慰めに来てくれたお子さんをぎゅっと抱きしめてあげたり、「赤ちゃん帰り」をしている子をほんの少し赤ちゃんにしてあげたりすることが効果的だと思います。

【平成22年度9号(2010年12月1日)】

「理屈から入る今の子ども達！」

今の子ども達に昔話を聞かせるのは、なかなか大変なことです。例えば、「昔々」と話しはじめると、「何時代か?」、「ある所に」と続けると、「どこか?」と聞き返してきます。

小学校の3年生の子が、「舌切り雀」という題はいけないというのです。この子は「舌切られ雀」が正しいというのです。なるほど、舌を切られた雀の話だから、この子の言う通りなのかも知れません。

枯れ木に灰をまいたら花が咲く。なぜだろう。灰の中には花を咲かせるカリという肥料が入っているという説明だけでいいのだろうか。

理屈から入る今の子ども達には、大人と一緒に学び考える姿勢が求められています。

【平成21年度5号(2009年6月16日)】

「子ども達の素晴らしさ」

子どもは、好奇心の固まりで、いろいろなことを知りたがります。

アメリカでは、2歳児のことを「恐るべき2歳児」と言いますが、家中を駆け巡り、あるものをメチャメチャに散らかしながら、多くのことを学ぼうとします。このような子どもの好奇心を満たしてやることは大切なことです。

また、子どもは忍耐力があつて、自分が納得するまで何度も繰り返して行います。1歳の子どもが、何度も何度もドアを開けたり閉めたりする姿は、クレージーそのものであり、すごい関心と集中力を感じます。

【平成19年度16号(2008年1月18日)】

「誰にも長所がある！」

司馬遼太郎の長編小説「峠」の中に土井鏗牙（ごうが）という人物が登場しています。

聾牙は、津（三重県）で土井塾を開き、後に藩校である有造館の5代督学（校長）になった人です。

聾牙は、「どんな人間にも必ず長所がある」と述べ、親から見放された若者を「俺に預けなさい」と引き取り、すべて社会復帰させました。その数、数十人に及んだと言われます。

また聾牙は、「本を読む時は大きな声で音読しなさい。黙読だと人の話し声や雑音が入って邪魔になる」とか、「本を読んでいて分からないところがあったら、分かるところを繰り返し読みなさい。分からないところも分かるようになる」などと言い、読書の一方法を示しました。少し首を傾げたくなるところもありますが、なるほどと思えることも多々あります。

ある時、聾牙は弟子に「孟子の講義をするから、書庫に行って孟子の本を持ってきなさい」と命じました。弟子は、緊張して違う本を持って来ました。しかし聾牙は、その本を平然と読み、滔々（とうとう）と孟子の講義をしたと言います。

このおおらかな姿勢は、子の親に求められる資質の一つかも知れません。深い愛と広い心を持って子育てされますことを念じています。【平成 22 年度 13 号(2011 年 3 月 1 日)】

「子どもは必ず育つ！」

幼稚園での朝の会は、その日の予定や連絡なども行いますが、子ども達の体調や気持ちの観察も大切にしています。

子ども達の顔を見た時、「この子はちょっと疲れているかな？」とか「家でお母さんに叱られたかな？」、「今日はやる気に満ちた顔をしているな！」などと、事細かく観察するようにしています。

「子どもは必ず育つので、育ちを待つ姿勢が大切ですよ」という話をさせていただいたことがあります。それゆえ幼稚園でも、子ども達の表情や様子から子どもの気持ちを正しく理解し、ゆったりと対応することの大切さを確認し合っています。

子どもが幼稚園から帰った時、「今日、先生に叱られたのね。何があったのかな？」とか「友達と喧嘩したのかな？」などと、子どもの気持ちに正面から向かい合うとともに、にこやかな表情で話を聞いてあげてください。そのことを積み重ねることによって、人間性豊かな子どもの礎を築くと思います。ともに頑張りましょう。

【平成 23 年度 3 号 (2011 年 6 月 1 日)】

「大切な体験！」

幼児期には思いやりがあり優しい子であったのに、思春期に達すると「何をしてよいのか自分が分からない！」とか、「目的が持てない！」と悩む子が多くなるという話を聞いたことがあります。

幼児期に読み・書きなどの基礎的な学力を身に付けることも必要ですが、他人にはない、その子の「自分らしさ」を身に付けさせることも大切だと思います。大人も子供も、達成

感が得られ自信が付いてくると、次への意欲が生まれてきます。

のびのびと絵や作文をかいたり、芸術やスポーツで幅広く表現させたりすることによって、「できた!」とか「分かった!」という体験を多くすることが大切だと思います。また、その体験に親や大人の評価が伴えば、子ども達の喜びと自信はますます増幅します。

2園期は、教育活動が最も充実する時期です。秋の気配が感じられ中、多くの体験を大切にしたいと思います。
[平成 22 年度 6 号(2010 年 9 月 2 日)]

「理解ある親とは？」

心理学者の河合隼雄氏が自書の「心の処方箋」の中で、次のように述べています。「・・・いわゆる『理解のある親』というのは、・・・子ども達の力が爆発する時、その前に立ちはだかる壁になるのではなく、『子ども達が爆発するのによく分かる』などと言って、その実は、それをどこかで回避し、自分はどうも衝突から免れようとしているのではなかろうか。・・・子どもは・・・何らかの意味で社会的規範を破るようなことをしてしまう。しかし、本当のところ、子ども達は法律の壁なんかではなく、生きた人間にぶつかりたいのである。・・・子どもを真に理解することは、大変素晴らしいことである。しかし、真の理解などということは、ほとんど不可能に近いほど難しいという自覚が必要である。そんな難しいことの真似ごとをやるよりは、まず自分がしっかり生きることを考える方が得策のように思われる。」

この考えには、やや異論を述べたい気持ちもありますが、年度末を迎え、子ども達に「生きていくということはどういうことなのか」を伝えるために大人はいかにあるべきかを考えさせてくれています。
[平成 22 年度 13 号(2011 年 3 月 1 日)]

「周りの子と比べない！」

育児書を読んだり幼児教室に通ったりすると、3・4歳ではこういうことができるようになるなどと、こと細かく知ることができます。しかし、このことが裏目になることもあります。言葉が話せなければいけない時期に話せなかったり、走ることができる時期に走れなかったりすると、焦ってしまうことがあります。

さらに、周りの子どもとの違いを目の当たりにすると、焦りやプレッシャー、不安に襲われます。つつい厳しく対応したり、「自分の育て方が間違っているでは!」と自己嫌悪感が増幅したりします。そのような比較は無意味だと分かっているにもかかわらず、つついやってしまうのです。

他の子との違いを肯定的に捉えることが大切です。例えば、「うちの子は落ち着きがない」と思わず、「好奇心が旺盛なんだ」とか「元気な子なんだ」と思うのです。子ども達の持っている個性を大切にしたいものです。他の子との違いを見つけたら、喜ぶぐらいの気持ちの余裕が必要だと思います。
[平成 22 年度 10(2010 年 12 月 16 日)]

「大きい花も小さい花も素敵ですよ！」

明治の教育学者・芦田恵之助は「花が二本。一は花大にして、一は花小。大、大を誇らず、小、小を恥じず。力の限り咲けるが美し。」という言葉を残しています。

この言葉の意味をヒマワリを例に考えて見たいと思います。「ここに2本のヒマワリがあります。大きいヒマワリは自分が大きいことで偉ぶってはいけません。小さいヒマワリは小さいことを恥ずかしく思っははいけません。大きい花も、小さい花も、力の限り懸命に咲くのが美しい。」ということなのです。

子ども達の性格や個性、考え方に違いがあるのは当然なことです。一人ひとりの子ども達が、互いの良さや違いを見つけ、認め合って生活してくれることを願っています。また、花の世話を通して、心豊かで優しい子どもに育てて欲しいと思っています。

【平成 21 年度 5 号 (2009 年 6 月 16 日)】

「欠点こそ個性！」

落語家の柳家小三治さんが「人を育てたり、人の面倒を見たりすることは難しい。つまり、自分がこうあってほしいと思う方に追いやろうとしてもだめで、そっちへ行くなよと引き戻してやると、自分の力で向こうへ行こうとする」という話をしていました。なかなかの教育論だと思います。

大人は、常に子どもの欠点を問題にします。そして、子どもに対して自分の影響力が及ぶと思えば、その欠点を直させようとします。例えば、臆病な子を「ビクビクしてはいけません」と叱ります。しかし、見方を変えれば、臆病な子は優しさを持っているのです。決断力に欠ける子は熟慮方の人間なのです。

そもそも欠点というのがその子の個性なのです。大人の勝手な物差しで、長所だとか欠点だとか評価するのはおかしいと思います。天からの授かり物を粗末にしないようにしたいものです。

【平成 21 年度 13 号 (2009 年 11 月 16 日)】

「子どもに嘘をつかない！」

子育てで大切なことの一つに「子どもに嘘をつかない」があります。

「エッ？ 私は嘘なんてついていないですよ。常々、子どもにも嘘つきは泥棒の始まり、と言いつけていますから・・・」という声があちらこちらから聞こえてきそうです。

ところが、あるのです。注射をいやがる子どもに、「注射は、痛くないよ」と言っていますか。また、おやつを欲しがる子どもに、「ダメよ」と言いながら与えることはありませんか。

先日、スーパーに買い物に出かけた時、泣き叫ぶ子どもに、「しょうがないわねエ。今日だけだよ」と言って、不本意ながらおもちゃを買っているお母さんを見かけました。

これらは、立派な嘘だと思います。

「ダメよ、ダメよ」と言いながら、結局は負けてしまうお母さんのことを良く知ってい

る賢い子供達は、「今日はどのくらい泣いてみようかな。一の段階、二の段階、それとも最高の段階で泣こうかな。」などと、冷静に対処しているようにも思えます。

ちなみに、お医者さんは、注射をする時に決して「痛くない」とは言われません。「ちょっと痛いけど、失礼します」などと言われます。

聡明なお母さん、言ったことには責任を持ちましょう。

どうせ与えるなら、「ダメよ」と言わずに与えてください。本当に「ダメな時」だけ「ダメよ」と言って与えないようにしましょう。

子ども達には、正確で分かりやすい言葉が必要だと思います。

【平成 19 年度 17 号(2008 年 2 月 1 日)】

「自分の心に恥じない！」

子育ての格言に「しっかり抱いて、下におろして、歩かせよ」というのがあります。「しっかり抱く」のは母性であり、豊かな愛情の中で親子の愛着関係を築くことが大切です。「下におろす」のは父性であり、規範意識やルールなどを子どものモデルとなって伝えるのは父親の役割です。

下におろしたら、「遠くまで自分の足や力で歩いて行ってほしい」というのが親の願いです。子ども達が歩む道は、真っ直ぐな一本道とは限りません。いくつもの別れ道に出会うはずです。その時、右に行くのか左に進むのか自分で決めなければなりません。そのような時の判断基準になればと思い、多くの若者に語りかけている言葉があります。それは、「自分の心に恥じない」です。厳しい言葉です。でも、この「自分の心に恥じない」という基準で選んだ道であれば、それがどんなに厳しくても頑張ってくれようと思います。

【平成 2 3 年度 2 号(2011 年 5 月 2 日)】

「子どもがいることの喜び！」

ある時「子どもが大好きだという気持ちがあって、親が頑張っている姿を見せていけば、子どもはそんなに横道にそれずに育ってくれますよ」と話したことがあります。

仕事が忙しくてなかなか子どもと触れあう時間がなくても、寝る前に必ず本を読んで聞かせて上げるのも良いのではないのでしょうか。また、休みの日などに時間を見つけて、お子さんとキャッチボールやサッカーをすることも良いことだと思います。さらに夕食の時に、今日の「嬉しかったこと」と「悲しかったこと」を家族で話し合うことも大切だと思います。

そして最後に、今日一番嬉しかったことは、「こうして家族で話し合えることだよ」と言って、手を握ったり、抱きしめたりされてはいかがでしょう。幸せは、すぐそばにありますよ。

【平成 21 年度 8 号(2009 年 9 月 2 日)】

「1 千億人の中で 1 番！」

過去から現在に至るまでの人間の総数は見当もつかないが、アーサー・クラーク著の「2001 年宇宙の旅」によれば、「時のあけぼの以来、およそ 1 千億の人間が地球上に足跡を

印した・・・」とあり、約1千億人の人間が存在したと考えられます。

子育ては日々大変だと思います。しかし、わが子の寝顔を見て、「この子の母親になれたのは、1千億人のうちで私だけなんだ。」と気づいて欲しいものです。「1千億人の中で1番」の幸せをかみしめるのか、子育ての疲れを「1千億分の1」という気持ちで癒すのか、その人の置かれた状況によって異なると思いますが、母親とは幸せな存在であることには間違いありません。歌人・河野裕子の一首「しっかりと飯を食わせて陽にあてしふとんにくるみて寝かす幸せ」の中に、母親が子育てを通して感じる幸せの多さを知ることができます。こどもの日は、母親に幸せを感じさせてくれる日でもあります。

[平成22年度2号(2010年5月6日)]

「涙のクリスマスプレゼント」

昔、あるお母さんから聞いた話です。そのお母さんには4人の子どもがおり、共働きをしても衣食住の費用を賄うのが精一杯とのことでした。買い物に行っても子どもにお菓子などを買ってやれないので、買わない約束になっていたそうです。その代わりに、誕生日とクリスマスだけには、かなり高価な物を買ってあげるようになっていたようです。

一番下の小学生の女の子が1万円もする高価な物をクリスマスプレゼントに希望したのです。お母さんは大変であったが、子どもとの約束でもあったし、日頃我慢したお駄賃として買ってあげたそうです。そのお子さんは、「ありがとう」と言い、顔をくしゃくしゃにして嬉し涙を流していたそうです。

私は、毎年、この時期になると、子ども達に「皆さんは、人から物もらって、嬉しくて泣いたことはありますか？」とたずねています。もちろん、涙を流して物もらう子どもはいませんでした。

人の愛は、目には見えないが、心では感じられるものです。大きな愛と感じるか不足した愛と感じるかは、人によって様々です。ある意味、コップ一杯の愛や腹八分目の愛で満足できるように、育てていかなければならないのかも知れませんが、それは幼い頃から小学校へ上がる前までに身に付けさせたいことだと思います。少なくとも、親の気持ちや勝手に子どもを育てないようにしなければなりません。

今の時代、買ってもらうのが当たり前、捨てるのが当たり前と考えている子どもが多いだけに、親からのプレゼントを「一生の宝物」にできる機会を失いたくないものだと、涙をこらえながら訴えたい。

[平成20年度14号(2008年12月1日)]

「思い出の詰まった作品！」

1月30日(月)に作品展を行いました。なかなかの大作揃いでビックリされたのではないのでしょうか。材料集めでは大変お世話になりました。

先日、一人の年長さんが泣いていました。日頃、涙を見せない子なので、どうしたのかなと理由を尋ねてみると、「一生懸命作った獅子舞の体が壊れたの！」という答えが返って

きました。一生懸命作り、先生にも褒められて、自分でも満足していた思い出の作品の一部が壊れてしまい、悲しくて泣けたのです。

大人からすると、大したものに見えなくても、子ども達にとっては大切な思い出が一杯詰まっていることがあります。子ども達のどのような作品も「こんなもの！」と言って、粗末に扱ったり捨てたりしないようにしてください。よろしくお願いいたします。

絵を描くことの得意でない子も、ねばり強く頑張って一枚の絵を仕上げたのです。絵の出来栄えよりも、仕上げるまでの苦労、物の見方や捉え方、色の出し方や塗り方など、一枚の絵の中には心の成長が刻まれているように思います。そのような作品を整理して大切にしまっておき、一生の宝物にしてあげてください。素晴らしい財産になると思います。

【平成 23 年度 10 号 (2012 年 2 月 1 日)】

「挨拶は魔法の言葉！」

テレビで、「あいさつは、魔法の言葉で楽しい仲間がポポポーン、挨拶するたび友だち増えるね♪♪」という言葉聞いたことがあります。子ども達の「ただいま」のトーンで、今日はいいことがあったのか悪いことがあったのかが分かると思います。

私は、子ども達との挨拶をできるだけ行うようにしています。「おはようございます」と、笑顔と一緒に元気な声が返ってくると、今日一日も頑張れる力が沸いてきます。元気に挨拶してくれる子、恥ずかしそうにしている子など様々ですが、明るい表情で声を掛け続けたいと思います。

挨拶は、本当に不思議な「力」を持っていると思います。ご家庭でも、いろいろな挨拶を大人から始めてみてください。

【平成 23 年度 5 号 (2011 年 9 月 2 日)】

「将来生きていくためのマナー！！」

幼稚園では将来生きていくために必要なマナーを身に付けるよう日々指導しています。特に、「おはよう、こんにちは」の挨拶や「はい」の返事、「ありがとう」の感謝の言葉などに力を入れています。これらの社会ルールが身に付けば、多くの人に可愛がられ、幸せになるのではと思います。

子ども達に口で言っても身に付きません。まず親が行い、子どもに実行させ繰り返し習慣付けることが一番です。理屈ではなく体で覚えたことは、考えなくても自然にできるようになります。これが本物です。

幼児だから躰けられることがあります。学校へ行くようになってからでは手遅れですし、何倍もの根気と時間が必要になってきます。

【平成 19 年度 20 号 (2008 年 3 月 3 日)】

「そのうち！」

相田みつをの詩に「・・・ そのうち 子どもから 手が放れたら そのうち 仕

事が落ち着いたら そのうち 時間のゆとりができたら そのうち …… そのうち …… そのうち ……と できない理由を くりかえしているうちに 結局は何もやらなかった 空しい人生の幕がおりて 頭の上に 淋しい墓標が立つ そのうち そのうち 日がくれる いまきた この道 かえれない」というのがあります。

人間は、この詩のように「明日もある」、「明後日もある」と先送りをしていることが多いように思います。まさに「そのうち」「そのうち」と先送りして、心の中で自分への弁解の言葉を作り上げているのでしょう。

人生とは後戻りのできない、まっさらな道を未来に向けて日々歩み続けることです。とりわけ、子育ては後戻りができません。「子育ては大変だ!」というお母さん達の声が聞こえてきそうです。小さい子との生活は、何もかもがスムーズにいかないし、イライラすることも沢山あると思います。しかし、子育てを先送りしてはいけないと思います。今日の子育ては、その日のうちに終えるようにしてください。

【平成 22 年度 6 号(2010 年 9 月 2 日)】

「何でも人のせいにする親」

先日、新聞で少し気になる記事を読みました。それは、「少年院の受刑者の中には、悪いことをしたという認識のない人が多い。また、万引きや人を傷つけることが悪いことだということが分かっていない。」という内容でした。

私は、怖いことだと思いました。良心の呵責ということがなくなってしまったのでしょうか。私は、この遠因の一つに小さい時の親の対応があるように思います。

自分で転んで足を怪我しても、「誰にやられたのという親の声が聞こえ、道路で転んでも、「道路がデコボコだからいけない」という苦情が聞こえてきます。いつも他のせいにし、わが子の正当性を主張される中で育った子供は、何をしても自分は悪くなくて、まわりがすべて悪いと思ってしまうのではないのでしょうか。

石につまづいて転んだら、「今度から気を付けて歩こうね」と教えれば、「ああ、そうか、自分が不注意だった。」と気づき、謙虚で、注意深く、優しい子供に育つように思いますがいかがでしょうか。

【平成 19 年度 14 号(2007 年 12 月 3 日)】

「自子主義はやめよう!!」

文部科学省の家庭教育手帳・乳幼児編に、次のようなことが書かれていました。何か、強く感じるものがあつたので、紹介させていただきます。

『自分さえ良ければいい』そして『ルールを守らない』という人は、なかなか人から信頼されないものです。子どもがそのようなことをした時、ちゃんと正さないと、それでいいのだと勘違いした困った人間に育ってしまうかも知れません。『自分の子だけ良ければいい』という考え方(自子主義)はやめ、間違ったことは愛情を持って本気で叱り、正しく

賤けましょう。そして、親自身もルールに反することはしないように気をつけましょう。」

[平成 20 年度 6 号(2008 年 7 月 1 日)]

「抱き鯉教育とは？」

ある書物で、愛知一中（現 旭丘高校）の校長であり、マラソン王と言われた日比野寛先生の「抱き鯉教育」という言葉を知りました。

「抱き鯉教育」とは、「人間が鯉の心になり、鯉に寄り添うように泳ぐと、次第に鯉もその気になって人間に寄り添うように泳ぎ始める。その瞬間に鯉を捕まえる漁法」をもとにした教育方法のことです。だましの教育法として批判されたこともありますが、私は、大人が子どもに対して豊かな人間性と深い教育愛で接することの大切さを教えてくれているように思います。

「おゆうぎ会」の役決めの中でも、担任による「抱き鯉教育」の一端がうかがえ、嬉しく思っています。ご家庭でも、忙しいとは思いますが、お子さんの気持ちに寄り添いながら、時間をかけて丁寧に関わっていただきたいと思えます。

[平成 21 年度 12 号(2009 年 11 月 2 日)]

「子育ての匠！」

テレビで「大改造！！劇的ビフォーアフター」という番組を見たことがあります。

リフォームの「匠」が、住むのに問題のある家を、工夫と技術を凝らして見事に再生していきます。工事前と工事後の変化は、まさに劇的です。そして、劇的に変わるのは、家の外観や内装だけではありません。家族の使いやすさを考えてくれた気配りを受けとめて、住む人が暮らし方を変えていくのです。すなわち、リフォームした家を大切に使う、家族の絆を強くしていくのです。

さて、子どもの成長には、両親が「子育ての匠」になることが求められています。そして、その係わり方の中で、子ども達の側に親の気配りの気持ちが伝わるのが大切だと思います。そのためには、根気よく、温かい気持ちで接することが必要です。心身とも健やかな子どもが育つ、「実りの秋」としたいものです。

[平成 22 年度 7 号(2010 年 10 月 1 日)]

め 「愛ずる子育て」

11世紀の「堤中納言物語」の中に、「虫愛ずる姫君」という話があります。虫好きな姫は、「蝶は奇麗だが、その命ははかない。毛虫は見た目が良くないが、だんだん大きくなり蝶に成長していく。だから、この毛虫の中にこそ、命の本質や本当の美しさがある。そして、その本質が理解できれば、美しさとともに愛する気持ちが生まれてくる。」と言うのです。なるほどと思います。他の姫が蝶を可愛がり大切にするのは、「愛でる」ことであり、「愛ずる」状態にまでは至っていないのではないかと思います。

子育ては難しくなっているが、子育ての基本は子どもとの係わりであると思います。その係り方は、子ども達の本質の理解であり、子ども達の継続的な観察と導きであると思います。「愛ずる子育て」を考えられてはいかがでしょうか。

【平成 19 年度 15 号(2008 年 1 月 7 日)】

「甘やかす」と「甘えさせる」の違い！

母親が愛（いと）しくてたまらないという気持ちでわが子を見、抱きしめ、声をかけるから、子どもは素直に育つと思います。特に幼児期は、抱きしめて育てることが大切だと思います。正面を向いて抱き合うのは人間とチンパンジーだけです。「抱きしめるのは進化の産物である」という話を聞いたことがあります。

また、幼児期にしっかり甘えさせることが大切です。「甘やかす」は、過保護や過干渉のことで、やらなくても良いことまで親がやることです。「甘えさせる」のは、子どもが本能で求めてきた時にはしっかりと受け止め、抱きしめることです。

子育ては信じて待つことです。ぜひ、叱って躰けるという方法は取らないで欲しいと思います。子ども達に寄り添いながら、「認める、褒める、励ます」の気持ちで接していただけたら、今よりも素敵なお子さんになると思います。

【平成 22 年度 3 号(2010 年 6 月 1 日)】

「母親の言動」

子ども達は、目にするもの、耳にするもののすべてを血とし肉として、ぐんぐんと成長していきます。

お母さんの言葉や動作のすべてが子ども達の手本となり、生涯を通してあたたかい思い出になるのです。私の母は、忙しく仕事をしていましたので、あまり遊んでもらえませんでした。夕食の後、一緒に果物を食べるのが楽しみの一つでした。りんごや梨などを一個ずつむいてくれたのですが、丸いままぐるぐる回しながら皮をむいてくれるので、むいた果物の皮が長くつながっていて、面白がって見ていました。そして、むいてもらった果物を丸かじりしながら、その日の出来事を話したものです。

良いにつけ悪いにつけ、母のことは子供の心にしみ込んでいくものだと思います。

【平成 20 年度 3 号(2008 年 5 月 15 日)】

「母親の役割」

母親の役割は、女性の持つ特性、すなわち、細かい点に気が付くとか、日常生活面で面倒見がよいとか、柔軟さがあるとか、感情面が豊かであるとか、声や態度、動作などが優美であるとかいった長所を日常生活面で自然に発揮することであると思います。

一生懸命に躰けようとする前に、子どもの「心」に着眼すると、母親らしい優しさが出てくるように思います。例えば、子どもが廊下を走っている時、走るという外形面より「急

いでいるんだね」というように、子どもの気持ちに目を向けた言葉かけが有効です。また、部屋で暴れている時、「うるさい」とか「埃が立つ」という言い方ではなく、子どもが「嬉しくて興奮している」とか「エネルギーをもてあましている」ということに着眼し、「嬉しいんだね」とか「外でジョギングしておいで」というように声をかけると、子どもは自分の気持ちを分かってくれる母親を「優しいお母さん」と感じるのです。つまり、子どもの心や気持ちの中まできめ細かに入り込み、かかわってくれる人は優しい人なのです。それは、甘いとかいうこととは違います。

小学校の6年生を担当している時、子ども達に「自分の長所を書きなさい」と指示したことがあるが、10分経ってもほとんどの子どもは考え込んで何も書きませんでした。しかし、「自分の欠点や短所を書きなさい」と指示すると、子ども達はどんどん書いていきました。「なぜ、欠点や短所は書けるのか」と尋ねてみたら、「お母さんが、いつも僕の悪いところをガミガミ言うから、すぐに分かるんだ」ということでした。

何か考えさせられることはありませんか。 **[平成20年度12号(2008年11月4日)]**

「子どもの意思表示！」

ある日のこと、幼稚園に「最近、周りのお子さんがスイミングスクールや英語の塾に通い始めていて、うちの子も通わせた方がいいんじゃないかって悩んでいるんです」という相談がありました。このように、近所の子がいろいろな塾に通っていることを知ったお母さん達は、自分の家でも何か習わせなくてはと考えてしまうケースがよくあります。

たしかに、ピアノなど音楽関係の才能は早いうちに伸ばした方がいいようですが、すべては本人次第だと思います。親が自分の育った経験や、やらせたいからといって無理にやらせることは良くありません。あくまでも、子ども自身が「やりたい」という強い意思表示をすることが大切であり、その時点で「やらせられるかどうか」、「経済的なことや付き添い」などのことを考えれば良いことだと思います。

「他の子ども達もみんなが塾に通っているわけではありませんよ」という一言の助言で、このお母さんは自分の考えに自信が持てたようです。

[平成22年度12号(2011年2月1日)]

「やる気のエンジン！」

「なかなかやる気を出さないんですが、どうすればいいですか？」という質問を保護者の皆さんから受けることがあります。

一人一人の子どもの状況によって異なりますが、「まずは1分間だけ全力でやらせてはどうですか？」と話します。1分間でも真剣に取り組めば合格だというぐらいの気持ちで見守ることからスタートすることが大切だと思います。

実は、行動を起こした1分後には、続けて行おうという「やる気のエンジン」がかかっていることが多いのです。そして、1分間真剣に取り組めれば、5分、10分、30分と

続けていくことができるようになるのです。

私たちは、「自分の感情や意思によって行動している」と思い込んでいますが、すべてがそうとは言えません。逆のパターンもあります。悲しい気分の時に笑顔を作ってみたら気持ちが晴れたとか、食欲がない時に食べてみたらもっと食べたくなったという経験もあります。このように、行動が感情を変化させる例は日常生活の中にも沢山あります。だからこそ、1分間だけ真剣に取り組ませるのです。行動すれば、やる気はあとからついてきます。

【平成 21 年度 18 号 (2010 年 2 月 17 日)】

「転ばぬ先の杖！」

今の世の中、何もしなくても子どもが欲しいと思えば周りがやってくれる状況になっています。すべてが整えられ、失敗しないように「転ばぬ先の杖」まで用意され、いろいろな「HOW TO」まで示されている社会のような気がします。

時として、大人の「転ばぬ先の杖」が邪魔をして、自分の力で一歩も進めない子どもをつくり出すこともあります。乳幼児期は、様々な体験をしながら、転ぶことや失敗することが大切だと思います。

どちらかと言えば私は、「HOW TO」より「TO DO」を大切にしたいと考えています。すなわち、「どのようにするか？」というやり方よりも「何をするのか？」という意思を大切にしたいと思います。

だからこそ、「あなたは何が好きなの？」とか「何をしたいの？」と、子ども達にやりたいことや好きなことを問いかけるようにしています。そこにこそ、子ども自身の育ちの原点があるように思えるのです。もちろん、「いけないことはいけない」と言ったり、悪いことの限界をしっかりと教えたりすることは必要です。

【平成 21 年度 11 号 (2009 年 10 月 19 日)】

「子どもは親の鏡」

キングスレイ・ウオードの本「ビジネスマンの父より娘への 25 通の手紙」の中で、「子どもの性格を最初に形成するのは親である。残念ながら、今の親は、子どものためによかれと思ってではあるが、『私を見習いなさい』というよりは、『私の言う通りにしなさい』という子育ての方針をとることが多いように思われる。『百聞は一見にしかず』と言えるのなら、行動にはその 10 倍の説得力があるだろう」と書いています。

とりたてて何も言わなくても、子どもは親の後ろ姿を見て育つのではないのでしょうか。親の夢や理想だけを押し付けては、子どもの持っている素直に伸びようとする大切な芽を摘んでしまっはいけないと思います。

子育てについては、いろいろな方法がありますが、この本を読んで、子どもへの教育は大人の生き様が大きく影響することを再認識しました。

【平成 19 年度 5 号 (2007 年 6 月 15 日)】

「前向きにとらえる力！」

寺山修司の詩文集「思い出さないで」の中に、「時計の針が前に進むと『時間』になります。後ろに進むと『思い出』になります」という一節があります。この詩の中に、私たち人間が生きていくヒントがあるように思います。

前向きの「時間」には、基本的には問題がありません。後ろ向きの「思い出」には、2種類のものがあります。いつまでも大切にしたい思い出と早く忘れたい辛い思い出です。前者は自分の人生を精神的に豊かにしてくれますが、後者はトラウマと言われ心の傷として残ります。

私は、すべての時間と思い出を大切にしたいと考えています。子育てで悩み苦しんでいるお母さん達、寺山修司の言葉をよく租借し、自分に課せられたすべての状況や状態を「前向きにとらえる力」に変えていってください。

【平成21年度19号(2010年3月2日)】

「やる気！」

「今日も頑張ろう！」という日があれば、「今日は、やる気がしないなあ！」という日もあります。その原因として、体調や仕事、天気なども考えられますが、一番は「朝の思考回路」だと思います。すなわち、朝の気持ちが前向きの時は気持ちよくスタートできますが、後ろ向きの時はうまくスタートできないのです。

「人間の思考は、問いかけと答えによって成り立っている」という話を聞いたことがあります。つまり、脳への問いかけ方によって、その答えが変わってくるというのです。

例えば、「最近、どのような辛いことがありましたか？」と問いかければ、脳は辛かったことに焦点を当てます。反対に、「最近、どのような楽しいことがありましたか？」と問いかければ、脳は楽しかったことに焦点を当てます。すなわち、自分への問いかけを変えることによって、思考の方向や気持ちを変えることができるのです。

今年は、脳が良い方向に焦点を当てるような問いかけをし続けたいと思います。そして毎朝、「やる気に満ちた気持ち」になりたいと思います。保護者の皆さんもチャレンジしてみませんか。きっと前向きな気持ちになれると思います。

【平成21年度16号(2010年1月12日)】

「泰然自若とした子育て」

立派になる人は、幼い頃から優れているという「梅檀（せんだん）は双葉（ふたば）より芳し」という言葉もあれば、大人物は若い頃は目立たず、後になって大成するという「大器晩成」という言葉もあります。

どちらも正しいと思います。うちの子は小さい頃から天才肌だと得意になる必要ないし、ぼんやりとしているからと嘆く必要もないと思います。

親があせらないことが大切です。どうか、泰然自若とし、春風のような柔らかな保護者であってください。「となりは隣、うちは家」という考えも必要ではないでしょうか。

【平成 23 年度 3 号(2011 年 6 月 1 日)】

「無為自然な気持ち！」

北原白秋の詩に「薔薇ノ木ニ薔薇ノ花咲ク。ナニゴトノ不思議ナケレド。薔薇ノ花 ナニゴトノ不思議ナケレド」という一節があります。私の好きな詩の一つですが、とりわけ、「何事の不思議なけれど」と、当たり前のことへの目と心の置き方に引かれます。

子ども達は、必ず成長し発達します。子どもの成長を「何事の不思議なけれど」という「待ちの気持ち」で見つめていきたいものです。ヘッセは「喜んで朽ち果て 万有の中に 崩壊していく」と、無為自然な死へのあり方を述べています。生死の境地は別として、とりわけ子育てに当たっては「無為自然な気持ち」になることが大切です。そうすれば、俗に言う「育児ストレス」も遠のいていくと思います。

【平成 20 年度 19 号(2009 年 3 月 9 日)】

「育児は育自かな？」

「子どもは3歳までに可愛いところや笑顔をいっぱい見せてくれて、一生分の親孝行を終えているのです。だから、大きくなってから『この子は親孝行をしてくれない』というように考えてはいけません」という話を聞いたことがあります。なるほど・・・。

「なかなかそのようには考えられない。育児は大変だ」というお母さん達の声が聞こえてきそうです。小さい子との生活は、何もかもがスムーズにいかないし、イライラすることも沢山あると思います。しかし、そのような時間の中から、自分が成長していることも分かるのではないのでしょうか。

「育児」は「育自」であり、自分自身を育てるのに役立っているのです。わが子の姿にイライラしながら、「もう、一生分の親孝行を受けているんだ。ありがとう」と考えるようにされてはいかがでしょうか。

【平成 21 年度 8 号(2009 年 9 月 2 日)】

「子宝！」

子育て中のお母さんから、自分の思うように子どもが育ってくれないという悩みを聞きます。しかし、よく考えてみると、このことは当然であり、むしろ自分の思うように育っていると錯覚している親の方がおかしいのではと思います。

どの親も悪い子どもにしようとは思いません。また、子どもも悪い子になろうとは思いません。すべての親が「心身とも健康で、明るく積極的で、賢くて思いやりのある人間」になってほしいと考えていますし、子どもたちもそのようになりたいと考えています。ただし、自分がそのように成長しようとせず、子どもだけにその理想を押し付ける親も多いように思います。

「子育て」とは、親が子どもから育ててもらうことです。親が子どもを育てようとする
ことより、まず親自身が理想的な人間に育つことが大切なのです。「子育てに疲れた」とい
う親は、子どもだけを育てようとしているからです。子育てで何よりも大切なことは、親
自身が成長して賢くなることだと思います。

皆さんは子どもを授かりました。幸せな関係の親子になるためには、まずは親が子ども
に感謝の気持ちを持ち、その気持ちを子どもに伝えていくことだと思います。なにせ、子
どもは「子宝」なのですから。

[平成 20 年度 18 号 (2009 年 2 月 20 日)]

「子どもは宝物！」

自分の子どもをわが家の宝物とする考え方は、千何百年もの昔から日本人の心の中に流
れていたようです。万葉の人生詩人といわれる山上憶良の歌に、「子等（こども）を思う歌」
という次の一首があります。

「瓜 食（は）めば 子ども思ほゆ 栗 食（は）めば ましてしぬばゆ いくよ
り 来たりしものぞ まなかいに もとなかりて 安眠（やすい）しなさぬ」

これは、「瓜を食べると、子どものことが思われます。栗を食べると、いっそう子どもが
愛しくなります。子どもは、どこからきたのでしょうか。目の前に、何となくちらついて、
とても安眠させてくれません」という意味です。

千何百年も昔の日本人も「子どもより優れた宝物は何もない」と言い切っています。こ
れは、今なお生きている父母の心です。いつの時代においても、親が子を思う心が変わり
はありません。人間の真情にふれた実に素晴らしい一首です。

[平成 21 年度 19 号 (2010 年 3 月 2 日)]

「子育てに向き合う親の頑張り！」

福山雅治の「道標」という歌の中に「私はその手が好きです。ただ毎日をまっすぐに生
きて、私達を育て、旅立たせてくれたあなたのその手が好きです。あなたの笑顔それは道
標（みちしるべ）」という一節がありますが、私の大好きな歌詞の一つでもあります。

子ども達は成長し、やがて親と離れる時を迎えますが、幼い頃につないだ親の手のぬく
もりは、一生を通して大きな心の支えになっていきます。

全国私立幼稚園連合会の「こどもがまんなかプロジェクト」のキャンペーンソング「生
まれてくれてありがとうに」の中に、「あなたが大きくなった その時は 苦しいこともあ
るでしょうが 今の笑顔でいて欲しい パパもママも頑張るからね」とありますが、子育
てに向き合う親さんの頑張りも、その親さんと共に汗を流していこうとする幼稚園の考え
も、子ども達の未来へのエールそのものだと考えています。幼稚園と保護者が互いに手
を取り合って、子ども達のために頑張っていきたいものです。

[平成 23 年度 9 号 (2012 年 1 月 6 日)]

II 家庭での教育

「セミの羽化！！」

セミの幼虫は、17年間土の中にいて、土の養分を吸収し、ある夜に一斉に羽化し成虫になります。あまりにも多くのセミが成虫になるため、森の中はセミだらけになります。そこに集まってくるカミツキガメやリスなどでも食べ切れないようです。そして、生き残ったセミが交尾して子孫を残すのです。これは、自然界の生態の原則なのですが、もう一つ不思議に思えるのは、なぜ17年周期で羽化し成虫になるかということです。

この疑問に答えてくれたのが、「英国科学実験講座」の日本版でした。

やや難しいのですが、「素数」の話になります。素数とは、1と自分自身以外の数で割り切れない正の整数のことです。1～50までの中の素数は2, 3, 5, 7, 11, 13, 17・・・などになります。

セミは17年毎の周期で発生しますが、他に7年周期とか13年周期で発生する生物もいるようです。いずれも「素数」です。この「素数」という戦術は、生物が子孫を絶やさぬように進化の過程で身に付けたという考え方が述べられていました。セミの天敵が何年かおきに発生すると仮定すると、セミは天敵と重ならないような周期で発生することが生きていくために有利になるのです。どのような数の倍数とも重ならない素数。そこに目を付けたセミの発生間隔に驚きました。

今、部屋の中で鈴虫が「リーン、リーン」と、涼しげに鳴いている。なぜ鈴虫だけが「リーン、リーン」と鳴くのかな。長い夏休みです。何か一つでいいから、興味を持って調べてみたいものですね。

[平成20年度7号(2008年7月18日)]

「遊びの大切さ」

教育学者のロバート・フルガンの書物の中に、「人生に必要な知恵は、すべて幼稚園の砂場で学んだという言葉があります。

物を分け合うこと、ずるいことをしないこと、友達と喧嘩をしないこと、人の物をとらないことなど、人としての行き方の基礎が幼稚園の砂場に埋まっているのです。

ぜひ、友達との遊びを通していろいろなことを学ばせてください。人は、その成長の過程において、ふさわしい体験の場が多いほど人間的な幅や深みが身に付いていきます。

[平成19年度11号(2007年10月16日)]

「厳しさとぬくもり」

子どもを健やかに育てるためには、一人一人の子どもの成長を願う心と、子どもをしっかり抱きしめる力が必要だと思います。親も教師も、大きな腕で子どもを抱きしめ、自分の思いやぬくもりを子どもに分かりやすく伝えることが大切だと思います。

本園では、「厳しさの中にもぬくもりのある指導をしよう」を全職員で確かめ合い、日々

の保育活動を進めています。その中から、教師と子どもの心のつながりが深まり、信頼感に満ちた保育が行えればと考えています。

厳しさだけでは、子どもは反発し、離れていきます。また、優しさだけでは、子どもはたくましく育ちません。ぜひ、ご家庭でも、厳しさとぬくもりのバランスを考えながら、子どもと接していただきますようお願いいたします。

【平成 19 年度 3 号(2007 年 5 月 15 日)】

「成功の喜び！」

江戸時代の中頃に、脚気衝心（かっけしょうしん：脚気を伴う心筋障害）により 3 日ぐらいで死んでしまう「三日坊」という病気が流行ったようです。この病気にかかると、すぐに諦めて坊さんを迎えたことから「三日坊」と呼んだのですが、それから、物事を始めてもすぐ飽きて止めてしまうことを「三日坊主」と呼ぶようになったとのこと。

人間は楽しいことや面白いことは続けますが、辛くて大変なことは自分からやろうとしません。世の中には、楽しいことと辛いことの両方があります。辛いことや難しいことを乗り越えやり遂げてこそ、人間は成長することができます。

「勉強」は下から読むと、「強く勉める」となります。成長し、たくましく生きていくためには、面倒でも頑張ることが大切です。苦勞すればするほど、分かった時や出来た時の喜びは大きくなります。勉強とはそういうものだと思います。

運動会の練習を通して体力をつけたり、人との協力という勉強を体験させたりして、「やったあ〜！」という喜びを味わうことができたと思います。まだまだ行事が続きます。お子さんが時には辛そうな顔をして帰ることもあろうかと思いますが、ご理解をいただき、しっかり後押しをしてあげてください。

【平成 23 年度 6 号(2011 年 10 月 4 日)】

「認めることの大切さ！」

「チンパンジーが学習したり頑張ろうという気持ちになるのは、エサなどの褒美を貰うことであるが、人間がそのような気持ちを持つのは、他人から認められることだ」という話を聞いたことがあります。すなわち、人間は褒美を貰いながら育てられるのではなく、親や他人に見守られながら成長していく動物であるということが出来ます。

夏休み中に、褒美を与えすぎないようにしてください。

宮崎駿氏は「5 歳というのは、言葉や行動にはできなくても、全部分かっている」と話しています。

そのような不思議な力を持っている年齢であるからこそ、愛情豊かに認め、失敗を許す中で、しなやかなでたくましい心の子ども達を作り上げていくことが大切だと思うのです。

【平成 21 年度 7 号(2009 年 7 月 16 日)】

「躰は心のファッション」

「躰は心のファッションである」という話を聞いたことがあります。美しい振る舞いは、見る人の心をさわやかにしますし、相手を思いやる心がなければ、自分自身を美しくすることはできません。

子どもを躰するときのポイントは、「褒めること」と「繰り返し行わせること」です。

保護者の皆さんは、お子さんに「いい子だね。幼稚園の持ち物はそろえられましたね。」と、褒めながら躰られていることと思います。さらに、「あなたはよい子だから、きっとそろえられるよね」と、子どもの自主性にも語りかけられていると思います。

子ども達は、大好きなお母さんの期待に応えようと頑張ります。また、褒められたことによって、脳の中のホルモンが分泌され、繰り返し頑張れるようになります。さらに、繰り返し行うことによって、脳の細胞がネットワークをつくり、持ち物を準備しようとする行動のパターンができあがります。

そのうちに、持ち物を準備しないと気持ちが落ち着かなくなります。よく、「体が覚えた」などと言いますが、できたことが自信になり、自分から努力するようになります。

【平成 19 年度 8 号(2007 年 9 月 4 日)】

「きちんとした躰」

総理府（現在の内閣府）の青少年対策本部の調査によれば、母親の言うことを素直に聞く子どもは、アメリカでは 70% 近くもいるのに、日本では 30% にも達していないとのことです。

これは、日本人の「ほどほどに」という性質が原因になっているようです。そのため、躰る者と躰られる者とが温かい関係にとどまり、母親も躰る際にやってはいけない理由をはっきりと説明していないことが多いようです。

また、子ども達は、「疲れているから」とか、「友達との約束があるから」という理由をつけて母親の言うことに耳を傾けようとしないのです。

その結果、最後には子どもの言う通りになってしまうのではないのでしょうか。

燃え上がる火が、いかに美しくても触らせる親はいません。子どもがどのような理由をつけても許されないことがあります。人の物を無断で使ったり隠したりした時には、きちんと理由を聞いた上で、厳しく注意しなければなりません。このことをいい加減にしていると、友達の物や店の物を平気で盗んだりすることにもなりかねません。また、友達に暴力をふるったり傷つけたりすることも、許してはいけないと思います。やはり、きちんと理由を聞いた上で、厳しく注意しなければなりません。

最近、想像できないような事件が続発しています。大人の責任で、豊かな心を持ち思いやりのある青少年を育成しなければなりません。そのためには、幼少期の「躰」が重要であるように思います。

【平成 19 年度 9 号(2007 年 9 月 18 日)】

「躰」とは心身を美しくすること！」

この夏休みも青少年に関する事件が、ずいぶんと取りざたされました。教育について反省されることもたくさんありますが、最も考えさせられることは「躰」の問題です。

生活習慣の躰については、親の日常の生活様式や生活態度が重要です。幼児には理屈が通じなくても心情は伝わります。親の生き様が、知らず知らずのうちに子どもに伝わり、親の切実な願いや祈りが子ども達には分かるようになります。まさに昔から、「親こそ最良の教師」と言われるゆえんです。犬の子は、誰に育てられても犬ですが、人間の子は、オオカミに育てられたらオオカミになってしまいます。このことは大きな問題を示唆しています。それは、人間が人間に育つためには、生まれてからの「人間社会」という環境が必要だと言うことです。

生活習慣とは、生活を通して習い慣れることです。「習う」には、「珍しくなくなるほど良くなるし上達する」という意味があります。「継続は力なり」とも言われますが、子育てでは、親子の信頼関係がしっかり形成されていることが基本となります。子ども達は、親の支えを頼りにしながら徐々に自立していきます。

人生とは後戻りのできません。とりわけ、子育ては後戻りが難しいと思います。「子育ては大変だ！」というお母さん達の声が聞こえてきそうですが、子育てを先送りしてはいけません。今日の子育ては、その日のうちに終えるよう心掛けてください。

【平成 23 年度 5 号(2011 年 9 月 2 日)】

「三つ心、六つ躰・・・！」

江戸しぐさ語り部の越川礼子さんは、江戸時代の子どもの段階的養育方法として「三つ心 六つ躰 九つ言葉 十二文(ふみ) 十五理(ことわり)で末(すえ)決まる」と述べています。その意味は、「3歳までは心の大事さを感じさせる。6歳までに正しい行動ができるようにする。9歳までに挨拶ができるようにする。12歳の頃にはきちんとした文が書けるようにする。そして、15歳の頃には経済、物理、科学などが理解できるようにする。」ということです。ひとこと言えば、「生きる力」のもととなる感性は子どもの頃に磨かなければならないと言うのです。

これらのことから、昔の人は、「知識」より「理解」、すなわち「知ること」より「分かること」を大切にしていたことが分かります。やや古い時代のことですが、この養育方法は現在の子育てにも生かせるように思います。ぜひ、保護者の皆さんには、「分かること」の子育てを通して、友達への思いやりや共感できる心を育てて欲しいと思います。

【平成 22 年度 3 号(2010 年 6 月 1 日)】

「蘇った美しい心！」

最近、「世界が感嘆する日本人」という本を読みました。「日本人が東日本大震災の悲劇に直面した時に示した尊厳ある冷静さは、たぐいまれなものである」と絶賛し、信じられ

ないような苦難を尊厳をもって我慢した日本人の「ガマン」強さや、「シカタガナイ」という運命を受け入れる精神、自分を差し置いてでも他人のことを思いやる心、みんなで助け合う集団としての協力精神、感情を抑制する精神など、日本人の持つ素晴らしさが記されています。

日本人は、昔から礼節や実直、秩序を美德として大切にしてきました。幼稚園でも「挨拶をする」や「友達のいやがることをしない」「一生懸命に活動する」「みんなで協力する」という「生きる力の」基本となる教育を行っています。

今回の未曾有の大震災では、失われたかと思われた日本人の「美しい心」があちらこちらで垣間見られました。時代や世代は変わっても、この心は受け継いでいかなければと思うこの頃です。

[平成 23 年度 7 号 (2011 年 11 月 1 日)]

「我慢の練習！」

幼稚園生活の基本の一つに「我慢」があります。「わがまま」とは、「我慢」の反対語で、子ども達にとっては苦手な分野です。

「今すぐ、お茶を飲みたい」と思っても、他にも飲みたい友達がいる時は少し待たなくてはなりません。待つことを知らない子ども達は、「はやくう・・・」と少しイライラしてしまいます。また、幼稚園の生活に慣れてくると、友達と同じことをしたいという気持ちが出てきて、どんなことも一緒に仲良くしたくなるのです。しかし、個人差があり、すべてのことが一緒に進められなくなります。またまたイライラした気持ちになり、口喧嘩が始まったり、口でうまく表現できない時には手が出てしまったりするのです。

次のような光景に遭遇しましたので紹介します。それは手が出てしまった園児と先生の会話であります。

「あのね、我慢しようと思っていたんだけど、また、やっちゃった・・・」

「もうやらないと先生と約束したのに、また、やっちゃった。今度やったら先生怒るよって言ったよね。だから、僕のこと嫌いになった？」

「〇〇ちゃんのこと大好きだよ。だけど失敗しちゃったんだね。どうしてだと思う？」

「僕、我慢できなかったんだ。」

「先生も応援するから、また我慢の練習してくれるかな。」

「うん、いいよ。」

今のうちに我慢の練習をしておけば、すぐ切れたり、人の目を盗んだりする子にはならないように思います。また、大人の知恵を先回りして見聞きさせず、幼児の視点に立って根気よく話し合うことの大切さを実感しました。

[平成 19 年度 11 号 (2007 年 10 月 16 日)]

「我慢比べ！」

最近の子ども達は、生まれた時から恵まれた環境の中で生活しているため、我慢するこ

とができなくなっています。自分の意に反したことは、すぐに諦めたり、怒ってキレたりします。時には、相手の行動や気持ちに致命傷を負わせてしまうこともあります。

我慢とは、嫌なことや辛いことに耐えることではなく、自分の夢や目標を実現するために自らをコントロールすることであると思います。

私が子どもの頃は、玩具一つ買ってもらうのにも、「お正月が来たら！」とか「お誕生日になったら！」などと言われました。我慢して買ってもらった玩具は、宝物のようにいつまでも大切にしました。

少子高齢化時代に生きる最近の子どもは要求すれば何でも入手でき、それが習慣化されつつあるように思います。

「一つの欲求が充足された時の満足度は、実現を待ち望む時間の長さに比例する」という話を聞いたことがあります。我慢し待ち望んで間に期待は大きく膨らみ、それがかなえられた時の喜びは何倍にもなります。

子どもへのプレゼントの多い年末年始を迎えます。焦らず、諦めず、子ども達と我慢比べをしながら、ともに成長していきたいものです。

[平成 23 年度 8 号(2011 年 12 月 1 日)]

「たてとよこ！」

「たて」は、「志をたて(る)」という言葉に代表されるように、プラスのイメージで考えられます。また、「お茶を点(た)てる」とか、「花を立てる」という言葉から茶道や生け花の原型や基軸を想像することもできます。

それに対して「よこ」は、「下手の横好き」(下手なのに、すべてのことに熱心なこと)とか「横紙破り」(無理を承知で強引に物事を進めること)などのように、マイナスのイメージで捉えられています。

中国の言葉にも、「よこ」には、欲しいままにするという意味があり、横暴とか横行という熟語が当てられます。最近、横着を決め込んだり、横柄な振る舞いが横行するようになりました。残念なことです。すべての人が「よこ」から「たて」へと気持ちを変えられればと思います。

[平成 23 年度 8 号(2011 年 12 月 1 日)]

「人の話を聴く“しつけ”」

ある新聞で、「シーッ！保育中はお静かに！」というタイトルの記事を見ました。これは、園児に対する注意ではありません。保育参観に出席した保護者へのマナーを促す言葉なのです。つまり、参観にみえた親さん達のおしゃべりがうるさくて、教えている先生や発表している子供の声が聞き取れず、妨害になっていたというのです。また最近、小学校や中学校での学級崩壊や授業崩壊が報じられていますが、この現象の要因は、子ども達が先生や友達の発言を聞かずに自分勝手なことをやっていることにあります。

子ども達が人の話を聞くか聞かないかは、子ども達自身に話を聞く態度ができてい

どうかにかかっています。子供が話を聞く態度は、幼稚園や小学校に入る前に家庭の中でしつけられ、習慣化されることが大切だと思います。

次のことに気を付けられてはいかがでしょう。まず、お子さんが自分の気持ちや友達のこと、その日の出来事を話す時には、きちんと聞いてあげてください。つまり、耳を傾ける心を持って「聴く」という、聞き上手になってください。次に、相手が話している時にはその人に顔を向け、目を見て聞くようにしてください。誰かが話している時には勝手な行動は許されないということを家庭のルールの一つにしてください。

【平成 20 年度 2 号(2008 年 5 月 1 日)】

「くせづけ！」

6月5日は、「環境の日」(平成5年の「環境基本法」によって定められた)です。これからの時代を生きていく子ども達には、環境に配慮する生き方が求められると思います。

本園では、平成13年に太陽光発電を設置し、環境の保全に努めています。それと同時に、「もったいない」の心を基本とした「くせづけ」を日々の生活の中で行っています。良い習慣や行動でしつけが環境の世界にも広がっていけばと考えているからです。電気を消すことや水道の蛇口を閉めること、戸の開け閉めなど、園舎の太陽光発電とともに、環境の「くせづけ」の保育にも力を入れていきたいと思っています。

しかし、幼稚園でできる「くせづけ」には限界があります。ぜひとも、ご家庭での日常生活の中で、環境をはじめ様々な「くせづけ」を定着していただければと思います。私も、ご家庭と幼稚園が力を合わせて子ども達の育ちを見守っていききたいと考えています。

【平成 21 年度 4 号(2009 年 6 月 1 日)】

「無財の七施！」

仏法に「無財の七施」という教えがあります。財産がなくても、誰でも七つの施しができるといいます。その七つは、①眼施(げんせ)②和顔悦色施(わげんえつじきせ)③言辞施(ごんじせ)④身施(しんせ)⑤心施(しんせ)⑥床坐施(しょうざせ)⑦房舎施(ぼうじゃせ)の施しです。

「眼施」は、優しい眼差しで人に接することです。「和顔悦色施」は、にこやかな笑顔で人に接することです。「言辞施」は、優しい言葉で人に接することです。「身施」は、自分の身体を使って人のために奉仕することです。「心施」は、思いやりの心を持つことです。「床坐施」は、自分の席や立場を譲ることです。「房舎施」は、自分の家を提供することです。

大きなことでなくても、日常の些細な行いによって、喜びの種を蒔き、花を咲かせることができるのです。

仏法のことは不案内ですが、「無財の七施」は自らの生き方や子育ての参考にもなるように思います。

【平成 21 年度 14 号(2009 年 12 月 1 日)】

「教えるとは？」

夕日に染まる雲を見ながら、年少さんが「しもやけがきれい・・・」とつぶやいたと言います。日ごとに大きくなる月を見て、年中のお友達が「私も大きくなったから、お月様も太ったんだ」と真顔で話してくれたという話をあるお母さんから聞きました。降り出した雨に、年長さんは「やっぱり雨だ。だって雨のにおいがしたんだ」と言いました。そして、ある卒園児が僅かなお小遣いで、母親や弟にお土産を買ってきたという話を聞きました。

子ども達と接していると、その発する言葉や行動、感性に驚かされることがあります。

大人は、子ども達がどのような道筋を経て論理的な思考を身に付け、どのような行動に結びつけていくのかを知ることが大切です。また、どのようにしてみずみずしい感性を身に付けていくのかも知らなければなりません。そのために、家庭教育のあり方を見直す必要があるように思います。

詩人アラゴンは、「教えるとは 希望を語ること 学ぶとは 真実をもとめること」と述べています。われわれ大人は、子ども達に「何を」「どのように」語りかけていくべきかを、今一度考え直さなければなりません。 [平成 21 年度 4 号 (2010 年 7 月 1 日)]

「読解力の復活！」

「PISA 型」という 15 歳児を対象とした読解力テストが注目を集めています。その結果は、2000 年に日本は 8 位でしたが、03 年には 14 位、06 年には 15 位と順位が下がりました。

読解力は暗記とは違います。読解力テストで求められている回答は、否定する考えと肯定する考えの双方の見解に触れながら論拠を引用し、自分の考えを示すことです。「落書き」を例にとりますと、「社会に余分な負担をさせないで、自分を表現する方法を探すべきだ」と否定する意見があれば、「店の看板を立てた人は許可を得ていないから、落書きをする人も許可を得る必要がない」と肯定する意見も成り立ちます。日本人は、「落書きは悪いこと」というところで思考が止まりやすい傾向にあります。

読解力テストの 1 位はフィンランドで、アメリカも上位にあります。日本は、正答率ではアメリカと変わらないが、無答率が際だって高いことが問題となっています。フィンランドの読解力が高いのは、1995 年以来、コミュニケーションの力や論理的な力を身に付けるような教育改革が行われたからだと言われています。

「察し合うこと」に美德を求めている日本人も、読解力が劣っているのであれば、まず論理的な思考の「形から身に付ける必要性を感じるこの頃です。

[平成 23 年度 7 号 (2011 年 11 月 1 日)]

「最良の先生は時、最高の師範は経験！」

春の光を浴びながら近くの公園でのんびりしていた時、一組の親子が弁当を食べている姿を見かけました。

若いお母さんが「これ、美味しいよ！」と言うと「おいしい！」と言い、「これ、熱いよ！」と言えば「あちい、あちい！」とオウム返しをしていました。母親は、数種類の食べ物を用意し、いろいろと語りかけながら、ゆっくりと食事をとらせていました。

また、別の場所では、数人の子どもがゲームらしい遊びをしていました。その遊びは自分達で考えたものらしく、「今度は右回りだよ！」「今度はタッチしてから5つ数えること！」などと、自分達でルールを決めながら、「キャア・キャア」と大声を張り上げながら遊んでいました。

私は、この二つの光景を目にした時、とても爽やかな気持ちになりました。そして、「最良の先生は時であり、最高の師範は経験である」というスペインの諺を思い出しました。

ある本に「子猫が生まれた時、すぐに目に絆創膏を貼り、45日経って外したところ、目はぱっちりとしていてとても可愛らしかった。しかし、目は見えなくなっていた。生後45日の間に、正しい光の刺激を受けないと、猫の目の神経細胞は正常に発達しない。この45日が猫の目の臨界期（正常な刺激の必要な時期）である」と書かれていました。まさに、人間の成長には、「時」と「経験」が必要なのです。

【平成23年度11号(2012年3月1日)】

「叩く躰はダメ！！」

「嫌なこと」や「やって欲しくないこと」をされたら、親が怒るのは当然です。しかも、怒りの感情を伝えなければ、他人の気持ちを理解できる子どもに育たないのです。しかし、叩いたり、怒鳴ったりしても長い目で見ると、その効果には限界があります。

心理学の研究では、躰を次の3タイプに分類しています。一つは力による躰であり、二つ目は「もう、あなたなんか知らない」などと突き放す「愛情の除去」、そして三つ目はなぜその行為がいけないのかを説得する「理由付け」です。その中で効果があるのは、三つ目の「理由付け」です。

説得には時間がかかり、根気も必要です。しかし、それをすることで親も成長できるのです。力による躰では、子どもは納得せず、自分のルールとしても取り込めないのです。また、叩かれることによって、自尊感情（自分は愛される存在）が形成しにくくなり、友達にも同じように接するようになります。

怒りが爆発しそうになった時は、コップ1杯の水を飲んだり、玩具のボールやタオルを握りしめたりして気分転換を図ることも一つの方法です。また、子育てサークルなどに参加し、母子二人だけの関係を断ち切る機会を設けることも大切ではないでしょうか。

【平成20年度9号(2008年9月16日)】

「上手な躰け方の10原則」

子供は身の安全を守る方法や生活のルールを親のしつけによって身に付けていきます。躾けの決め手は「認める、褒める、励ます」など、上手に叱ることです。そこで、筑波大学の松原達哉先生の「上手な叱り方の10原則」を紹介します。

- ① 生命に危機がある時はきつく叱る。道路の真ん中で遊んでいたたり、火遊びや刃物を持って遊んでいたら、手加減しないで強く叱ってください。
- ② すぐにその場で叱る。朝あったことを夜叱っても効果がありません。
- ③ 家族みんなが一致して叱る。同じことをしても家族の対応が様々では躾けになりません。
- ④ 褒めてから叱る。良い面を先に褒めてから叱ると効果が上がります。
- ⑤ 例外を作らない。いつも叱っているいたずらを客の前で叱らないというのは躾けになりません。
- ⑥ 感情的に叱らない。何のために叱っているのかという目的を失わないでください。
- ⑦ 体罰より言葉で叱る。体罰が頻繁に行われると、子供は叱られる理由を考えないで反抗的になりやすい。
- ⑧ しつこく叱らない。長くただだと叱られると、何を叱られているのか、分からなくなることもあります。
- ⑨ 食前に叱らない。健康に良くないし、反抗心を起こさせるだけです。
- ⑩ 愛情と誠意を持って接し、子供と心の交流を図る。

【平成20年度3号(2008年5月15日)】

「わがやのこそだて」

数年前に、日本PTA全国協議会が「見直そう！私の家庭」と「考えよう！子どもとの絆」を柱に全国キャンペーンで示した、子育てのフレーズ「わがやのこそだて」を紹介します。何か子育ての参考になればと念じています。

- わ : 悪いことは悪いとしつけていますか。
が : 我慢する心を育てていますか。
や : 約束は守られていますか。
の : ノー（NO）と言える大人ですか。
こ : 子どものよりどころになれますか。
そ : 育てていますか子どもの夢を。
だ : 食べ物に愛情をこめていますか。
て : 手本になれる大人ですか。

【平成20年度10号(2008年10月1日)】

「基本的な生活習慣！」

最近、「朝ごはんを食べない」とか「夜更かしをする」など、基本的な生活習慣に乱れが見られます。子ども達の健やかな成長には、早寝早起きと朝食をきちんと食べるといった基

本的な生活習慣が必要です。

文部科学省が行った「親子でつくろう我が家のルール運動」の標語に次のようなものが応募されました。

「朝が来た！！早起き・お散歩・おいしいごはん」「9時までに ふとんにはいるよ あしたもげんき！」「ありがとう 今日は何回 いえるかな」「助け合い 家族ではぐくむ思いやり」などどれもこれも、心に響くものがあります。参考にしてください。

「早寝・早起き・朝ごはん」は、子ども達の心身と頭脳を元気にするとも言われています。年末・年始にもっとも気をつけて欲しいことです。

[平成 21 年度 15 号(2009 年 12 月 15 日)]

「子は親の鏡」

皇太子様が 45 歳の誕生日（平成 17 年 2 月 23 日）の会見で、愛子様の子育てを考える上で深く感銘を受けた詩としてドロシー・ロー・ノルトの『子は親の鏡』を紹介されました。その素晴らしい詩を紹介します。

けなされて育つと、子どもは人をけなすようになる。

とげとげした家庭で育つと、子どもは乱暴になる。

不安な気持ちで育てると、子どもは不安になる。

「かわいそうな子だ」と言って育てると、子どもはみじめな気持ちになる。

子どもを馬鹿にすると、引っ込みじあんな子になる。

親が他人を羨んでばかりいると、子どもも人を羨むようになる。

叱りつけてばかりいると、子どもは「自分は悪い子なんだ」と思ってしまう。

励ましてあげれば、子どもは自信を持つようになる。

広い心で接すれば、キレる子にはならない。

誉めてあげれば、子どもは明るい子に育つ。

愛してあげれば、子どもは人を愛することを学ぶ。

認めてあげれば、子どもは自分が好きになる。

見つめてあげれば、子どもは、頑張り屋になる。

分かち合うことを教えれば、子どもは思いやりを学ぶ。

親が正直であれば、子どもは正直であることの大切さを知る。

子どもに公平であれば、子どもは正義感のある子に育つ。

やさしく、思いやりをもって育てれば、子どもはやさしい子に育つ。

守ってあげれば、子どもは強い子に育つ。

[平成 20 年度 11 号(2008 年 10 月 15 日)]

「子どもから学ぶこと！」

「人間は生まれながらにして、前進したい、成長したいという願いを心身にプログラム

されて生まれてくる」という話を聞いたことがあります。歩けるようになった赤ちゃんが立ち上がる姿を見ていると、確かにそうだと思います。

よく「子どもは大人より未熟であり劣る」という話を耳にしますが、間違っているように思います。心身に希望やエネルギーが満ちあふれ、人を疑うことなく、素直で偏見を持たず、恐れを知らずに行動するといったことなどは、明らかに大人より優れているように思います。ある意味、大人が学ぶべきだと思います。

子育ては永遠に続くものではありません。子育ても、人生も、出会いも、始まりがあれば終わりがあります。だからこそ、その場その場で子ども達を宝物のように感じ、大切に楽しみながら日々の子育てに当たりたいものです。

宝物であるがゆえに身に付けさせたいと思うことがあります。それは挨拶です。心のこもった挨拶は、相手はもちろんのこと、自分をも気持ち良くしてくれます。家族や友達、近所の人と「おはよう」と朝の挨拶をすることによって1日の始まりが意識でき、何となく気持ちが晴れ晴れとしてきます。また、「ありがとう」という感謝の言葉も、相手と自分を幸せな気持ちにしてくれる素晴らしい言葉だと思います。まず大人が模範を示したいものです。

【平成 23 年度 4 号 (2011 年 7 月 1 日)】

「指示待ちの子ども達」

今の子ども達は自分の意思で決定する力が弱く、「指示待ち」が多いと言われます。子どもにいろいろと尋ねたり、話したりしても、その都度付き添っている母親の顔を見上げ、どのように答えようか伺っています。幼児ならまだしも、小学校や中学校に通っている子どもでも、そのような様子を見かけます。できれば、自分で考えて答えて欲しいものです。時に、大学の入学式や会社の入社式にも母親が付いていく様子を見かけますが、「なぜ」と驚いてしまいます。

指示待ちの子どもが多くなった理由としては、子どもの数が減り、親の目が行き届き過ぎるようになったことや交通事故や衝激的な事件など危険な状況が増えてきていることが上げられます。しかし、親の姿勢は、つかず離れずが良いように思います。親の管理や統制（躰）が過ぎると、子どもは親の指示を待つしか行動できなくなってしまいます。また、学校で教えられる内容が多く、その上に親から「早く・正確に」が求められると、「指示待ち」にならざるを得ないのではないかと思います。子どもは、いろいろな失敗を積み重ねながら成長を遂げるのになあと思うのですがいかがでしょうか。

【平成 20 年度 13 号 (2008 年 11 月 1 7 日)】

「挨拶とおじぎ」

挨拶とは、自分が「おはよう」と言ったが、友達がしてくれなかったので、次からはやめようというものではありません。自分だけでも続けていくべきだと思います。自分がしていれば、いつかは友達も心を開いて挨拶をしてくれます。

食事の時に、「いただきます」と言いますが、これは頂戴することで、食べることで生きていけるので、感謝の意味が込められています。「頂 (いただき)」は、山のでっぺん、頂のことで、「戴」はのせることです。日本人は、昔から、人から何か貰う時、それを頭の上に捧げ持ちました。それが「いただきます」ということの語源なのです。軽いものなら頭の上へのせられますが、重いものではのせることができません。そこで、頭をさげて「おじぎ」をするようになったと言われていました。美しいお辞儀は、丁寧に下げた頭をできるだけゆっくりと上げることです。心を落ち着け、相手の動きを感じ取りながら、感謝の気持ちを込め、決して相手より先に頭をあげないことが大切かと思えます。

昔、中学生に「挨拶」の意義を考えさせた時、「あ」は「暖かい心」、「い」は「いい心」、「さ」は「逆らわない心」、「つ」は「つまづかない心」と話してくれましたが、幼稚園児にも何か分かりやすい言葉で、行いを定着させたいと思います。また、日本の親や大人は、子どもに「〇〇をしなさい」とは言うが、その理由を説明していないという話を聞いたことがあります。ぜひ、正しい行いの指導とともに、「なぜ行うのか」という説明もしたいものです。

【平成 20 年度 16 号 (2009 年 1 月 16 日)】

「けじめのない新成人に思う！！」

今年も、一部のマスコミで「けじめのない新成人」の行動が報道されていました。そのけじめのなさの要因の一つは、幼少時の子育てにあるように思います。

幼稚園では、「先生よりママの側がいい」とか、「おしっこをこぼした」「スモックが着れない」「靴下がはけない」などと泣き叫び、パニック状態になる子どもが時としています。衣服の着脱や排泄、食事のマナーなど基本的な生活習慣は、3歳ぐらいまでには身に付けさせたいものです。子ども達にそのような能力があっても、親の過保護や過干渉が子どもをダメにしてしまうことがあります。子ども達の自主性や自発性の芽をつみ取らないように、しかも是々非々をはっきりさせた子育てが必要に思います。

【平成 20 年度 17 号 (2009 年 2 月 2 日)】

「恕 (じょ) の精神とは？」

論語の中に「子貢問うていわく、一言にして以て身を終うるまでにこれをおこなうべきものありや。子いわく、それ恕か、おのれの欲せざる所を人に施すことなかれ」(孔子の弟子の子貢(しこう)が師の孔子に尋ねました。「たった一文字で、人間が死ぬまでに行い続けなければいけない文字はありますか」。孔子は「それは恕だ」と答えました。そして、「恕とは、自分のやりたくないことは、他人にも押しつけないことだ」と説明したのです。)という一節があります。

漢和辞典によれば、「恕」は「思いやり・いつくしむ心・ゆるす・自分の優しさを他人に移すこと」などということになります。いつも相手の立場に立ってものを考え実行する『恕の精神』は、とても大切だと思います。もちろん、相手の立場に立つといっても、一方的

に丸受けすることではありません。

『恕の精神』は、家庭でも幼稚園や地域社会でも大切にされなければならない心だと思います。

[平成 22 年度 8 号(2010 年 11 月 4 日)]

Ⅲ 家族での交流

「伝統的な行事」

初詣や書初め、七草がゆ、鏡開きなど、正月にちなんだ行事はいろいろとありますが、ご家庭ではどのように取り組まれたのでしょうか。こま回しや凧揚げ、カルタ取り、すごろくといった正月の遊びも時代の変化の中で影を潜め、何か淋しいものを感じます。

ぜひ、このような伝統的な行事を通して、子ども達に優しい心や豊かな心を育てていただきたいと思います。行事や習わし事で生活にリズムをつけたり、それらの由来を語る中で心に安らぎが与えたりできればと思います。

テレビを見ながら、「書初めですよ」とか「七草がゆですよ」と伝えるだけでは、何か物足りないものを感じます。子ども達に体験させることが大切です。大人が子どもに伝えることは沢山ありますが、今年は、伝統的な行事を通して子どもの「心の教育」に挑戦されてはいかがでしょうか。

[平成 19 年度 15 号(2008 年 1 月 7 日)]

「家族での交流」

4 月 28 日からの大型連休も約半分が終わりました。どこかへ出かけたり、家族で話し合ったりするには、絶好の機会かと思います。ぜひとも、この機会に家族での交流を深めてください。また、交通事故などには十分に注意し、楽しく有意義な生活を送らせてください。

この休み中も、自分でできることは自分で行わせるようにしてください。

[平成 19 年度 2 号(2007 年 5 月 1 日)]

「父子双方の思い出づくり！！」

「本当に微笑ましいなあ！」 お父さんと子ども達が、一緒に走ったり、踊ったりしている姿に感動しました。

子ども達は、家庭や幼稚園での人との触れ合いを通していろいろなことを学んでいきます。すなわち、大人や友達から温かさや優しさ、親しさや信頼、楽しさや喜びなどを感じながら、子ども達は人間として成長していくのです。

現代社会は、人間が人間を真に尊重する心が薄れてきているように思います。また、人との話し合いや関わりの不足などが、世の中に暗い影を落としているように思います。このような社会であるからこそ、父親が子育てに積極的に係ることが重要だと思います。言葉に出さなくても、父親がわが子を頼もしいと思う気持ちは、子どもがたくましく行動し

ていくためのエレルギーになると思います。お父さん方へ、「時間があつたら、わが子と遊び戯れてくださいよ。」

【平成 21 年度 6 号 (2009 年 7 月 1 日)】

「明るい家庭！」

「オアシス運動」の提唱者・森山操さんは、自分の著書の中で、「理想の家庭の姿を太陽系の惑星の運行になぞらえてみますと、『月』である母親は『地球』である子どもの周囲を細やかに回りながら、その子どもと一つになって『太陽』である父親の周囲を回るのが、宇宙の法則にかなっていることとなります。」と述べています。

「明るい」という漢字は、日と月という漢字が並んで一つになっています。まさに、父親と母親は一つになって、家庭を明るく照らさなくてはなりません。

ところが最近、太陽の位置に母親が立っている家庭が多くなっているように思います。父親が機嫌をとりながら子どもの周りを回り、その父親と子どもが一緒になって、母親の周りを回っているのです。

中には、太陽の位置に子どもが立っているような家庭も見かけます。過保護が過ぎれば、たくましい子どもは育たないように思います。

明るい家庭を築くためには、家族がそれぞれの正しい位置を守らなければならないように思います。

さてオアシス運動とは、挨拶運動の一種です。

「『オ』は、おはようございます。『ア』は、ありがとうございます。『シ』は、しつれいします。『ス』は、すみません。」の、4つの挨拶を日頃から言えるように心がけようという運動です。

良い挨拶の習慣付けは、子どもにとっても大人にとっても大切だと思います。

私自身、「オアシス」がしっかり出来ているかと言えば、あまり自信がありません。照れくささが先に立って、なかなか難しいですね。しかし、子どもは大人の背中を見て育ちます。まずは大人からやらなければという思いで、今年目標の一つに、「挨拶を進んで行う」にしました。

温かい心は思いやりのある言葉となって表れます。ぜひ、みなさんの家庭でも「オアシス」を実行してみてください。

【平成 21 年度 17 号 (2010 年 2 月 1 日)】

「幼児期の遊びの重要性！」

ある研修会で、「人生の中で、遊んでいても誰にも咎められず大威張りで遊べる時期は、0歳から6歳の乳幼児期と6歳以降の老年期であり、それ以外は『遊んでばかりいないで、少しは勉強しなさい』とか、『遊んでばかりで、仕事をしないと・・・』とか言われてしまいます。」という話を聞きました。

当たり前のことですが、妙に心に焼き付いたのは、当たり前でない状況が子ども達の世界に蔓延していると感じていたからだと思います。

できるだけ早く沢山できることが求められる現在の社会、遊びはますます軽んじられてきており、遊べる環境もかなりの勢いで壊されてきています。そして、「早く、早く」の叱咤激励の中で、ぞっこん遊び、がつがつ食べ、パタンと眠りこける子どもらしい生活を経ないままに、大人の世界に投げ出される人達が増えているように思います。これらのことが、日本のあちらこちらで起きている痛ましい事件の原因だったとしたら、大人は大いに反省しなければならないと思います。

子ども達は、じっくり遊ぶことで、自分を認識し、友達との関係など人生の基礎を学んでいきます。ぜひ夏休みには、お子さんの遊びを温かい眼差しで見守り、共感してあげてください。そして、時には一緒になって遊び、親子の絆を広く楽しく築いて欲しいものです。

[平成 22 年度 5 号(2010 年 7 月 16 日)]

「読み聞かせ！」

子供は、親に本を読んでもらう事が大好きですし、親にとっても子供に本を読んであげるとは楽しい経験になります。お父さんもお母さんも忙しい毎日かと思いますが、子供に本を読んでもとせがまれる限り、出来るだけ読んであげるのが良いように思います。忙しいと、つい「自分で読みなさい」と言いたくなりますが、子供にとってはとても寂しいものです。そのうちに、「読んで」と言わなくなります。

本好きな子供は家庭で育ちます。家で本を読んであげる役はお母さんが多いようですが、ぜひともお父さんにも挑戦していただきたいと思います。子供は本を読んでもらいながら、人を信じる気持ちを育てていきます。

本が好きということは、言葉を通して人と交流する能力を高めます。そのきっかけが家庭にあるのです。どの本でも良いのです。お子さんに「本を読んで！」と言われたら、「何を読もうか」と受けることが大切なのです。

教育のチャンスは身近なところにあります。本の読み聞かせを通して、子供が胸に抱いている「幸せのイメージ」を大切にしていだければと思います。

[平成 20 年度 4 号(2008 年 6 月 2 日)]

「年寄りっ子は三文安い」のかな？

「おじいちゃん、おばあちゃんは孫が可愛くてたまらないので、つい甘やかし、子供をわがままな人間にしてしまう」という意味で、このようなことが言われたのです。しかし、今日のように子育てが多様化している社会では、このような格言は該当しないように思います。確かに、おじいちゃん、おばあちゃんには孫の躰に直接的な責任はありませんから、その意味では、祖父母が甘やかすことも多くなっています。

気楽な立場な祖父母との関係は、子供にとっても極めて気楽な関係であり、甘えるだけ甘えて、また両親のもとへいつでも戻れる関係なのです。このような関係が持てるということが、子供の精神衛生面で重要な意味を持っていると思います。

両親と子供の関係は、とても大事であるがゆえに緊張を伴うこともしばしば起こります。自分は悪いことをしたとっていないのに、母親に激しく叱られた子供は、母親に対する怒りや理解してもらえない悔しさ、母親から叱られたことの悲しみなどで、極度に緊張しストレスがたまることがあります。子供にとって、避難場所が必要な状態です。

このような時、祖父母は格好の避難場所になります。「わたしは悪くないのにママに叱られた」と、膝にしがみついてくる孫の頭をなでながら、「よしよし、可哀想にママに叱られたの」と言って慰める祖母や、必死になって風呂に入れているパパの傍らで、ニコニコしながら孫に優しく声をかける祖父が必要なのです。

そのような祖父母の声かけや態度が、子供にとっては大きな助けになるのです。おじいちゃん、おばあちゃんから優しくされることを通して、いつもの優しいママやパパのことを思い起こすことができるのです。一時的にこじれた親子関係を修復する役割を祖父母が担っているように思います。

けっして、「年寄りっ子は三文安い」とは言えないよう思いますが、いかがでしょうか。

[平成 19 年度 13 号(2007 年 11 月 15 日)]

IV 心身の健康

「生かされていること！」

私たち人間は、自然が持っている力に支えられて生きています。毎日食べる米や野菜、肉や魚などは、自然から与えられた恵みであり、他の命あるもののお陰で、私たちは生きているのです。子どもの頃、食事の前にいただきますと手を合わせるのは、「他の命をいただいて自分を生かしていただけることに感謝することだ」という話を母親から聞かされたことがあります。まさに、私たちの命は他の命により支えられ、他の命の中で生かされているのです。

季節の変わり目や自然の変化する時期などに、自然の美しさや自然界に生きている生命の存在とそのつながりを感じることで子ども達を育てていきたいと思えます。他の生命に支えられ生かされている自分を自覚する時にこそ、他の人や周りの命あるものを大切にする心が芽生えてくるからです。

[平成 22 年度 9 号(2010 年 12 月 1 日)]

「食 育」

カメレオンの赤ちゃんが葉の上に生み落とされ、すぐに枝の上を歩き出し、あの特徴ある舌で素早く虫を食べている様子をテレビで見たことがあります。生まれてすぐに食の営みがスタートできることに驚きました。それに引き換え、私たち人間の赤ちゃんは、生まれておっぱいを飲み、離乳食を経験しながら、細やかな口の働きが育まれていきます。2年ほどかかってやっと食べる機能や言葉を獲得するようになります。

先日、お母さ方と食行動について話し合いました。ほとんどの人は、わが子の食事につ

いて改善したいと考えていました。食行動は一生欠かすことのできない営みであり、改善点を一つ一つ丁寧に解決していくことが大切です。きちんと座り、背筋を伸ばし、お母さんの演出する食卓を囲んで、心から「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶ができるといいですね。

食育基本法は、「食育を知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる食育を推進することが求められている。」としています。

子ども達が豊かな人間性を育むためにも「食」は重要なのです。今一度、考え直してみましょう。

【平成 19 年度 16 号 (2008 年 1 月 18 日)】

「食べることについて？」

あるお母さんから、「家に遊びに来る子ども達の多くが、食事は残すし、箸もきちんと持てない。親さんは教えないのでしょうか？」という話を聞きました。

幼稚園では、給食の時間などに指導していますが、大切なことは食べ方ではなく、食べ物が大切だということです。おやつを沢山あげては、食事はお腹が一杯で喉を通りません。昔は兄弟が多くて、競って早い者勝ちで食事をしたのにと、変に懐かしくなりました。忙しいから「マック」ではなく、お母さんの作った 1 個のおにぎりが食事の大切さを教えることになるのではと思います。

箸の持ち方は、日本の文化だと思います。中学生ぐらいになると、「カッコ良い」とか「カッコ悪い」ということで、箸や鉛筆の持ち方を変えている子どももいます。手と頭は一致しているとされますから、幼稚園の頃から正しい持ち方をきちんと教えた方がいいものです。

箸が上手に持てないと、食べ物をこぼします。私の子どもの頃は、食べる物が少なくてひもじい思いをしましたので、食べ物を残すことはありませんでした。時には、ひもじいことがどんなに辛いかを体験したり、箸を使って豆拾いのゲームなどをしたりしてはどうかなと思うこのごろです。

生きていくためには食べることは欠かせません。また、食事のマナーや姿勢は人生を豊かにしたり貧しくしたりします。人は顔も見ますが、手の動きも見ます。食べる機会の多いこの時期に振り返ってみてはいかがでしょうか。

【平成 20 年度 15 号 (2009 年 1 月 7 日)】

「食育とは？」

食とは『人』に『良い』と書き、人を良くするように育むことが『食育』である」という話を聞いたことがあります。なるほどと思いました。

昔から「三つ子の魂百まで」と言われますが、3歳から8歳までの間に子ども達の脳は著しく発達します。ですから、この時期にきちんとした食育（食事の躰）をしておくことがとても大切だと思います。

まず、食事のマナーとして、正しい箸の持ち方や肘を付いて食べない、口一杯に食べ物を入れたい、食べ物をに入れてしゃべらない、よく噛んで食べる、背筋を伸ばして食べる、感謝の挨拶をする、などを身に付けさせてください。また、好き嫌いなく残さずに食べる習慣形成も大切です。次に、早寝・早起き・朝ご飯を食べる習慣を始め、家族揃って食卓を囲む機会を多くしてください。できればテレビを消して、お互いの会話をしながら同じ物を食べるようにしたいものです。

食卓は人格形成のためのかけがえのない「躰の場」であると思います。楽しい中にもきちんとした躰ができるような食事方法を工夫されてはいかがでしょうか。

【平成 21 年度 14 号 (2009 年 12 月 1 日)】

「五月病」

子ども達の様子に変化はありませんか。最近、なんとなく「やる気」がなくなり、毎日だらだらした生活を送っているということはありませんか。

これが、まさしく「五月病」なのです。この原因は「慣れ」ではないかと言われます。新しい生活にも慣れ、4月からの緊張感がゆるみ、心のバランスを失ってしまったのではないかと思います。

なかなか特効薬は見つりませんが、やはり体を動かして汗を流すことが大切だと思います。精神的な疲労より肉体的な疲労の方が爽快であり、回復も早いのです。体を動かしているうちに、ぼんやりとはありますが、次の目標が見えてくるようになり、「五月病」も解消するように思います。

【平成 19 年度 2 号 (2007 年 5 月 1 日)】

「チームプレー」

6月4日から10日までは、「歯の衛生週間」です。そこで、今回は、歯の大切さについてお話しします。

野球は、9人の選手が力を合わせて試合をする競技です。9人はそれぞれのポジションを守り、自分に与えられた役割をきちんと果たします。皆さんの歯も同じで、一本一本の歯がそれぞれの役目を持っています。全部の歯が揃っているからこそ、歯もチームプレーができるのです。ところが、一本でも抜けると、隣の歯が傾いたり、そこから虫歯や歯の病気になったりして、歯全体としての役目が果たせなくなってしまいます。

健康な生活を送るためには、十分に栄養を取ることが必要です。栄養を取るためには食べなければなりません。食べ物は、よく噛めば噛むほど栄養として吸収されやすいのです。どのくらいの栄養が吸収できるかは、その人の歯の状態で決まるといっても過言ではありません。また、歯が悪いと食べ物をおいしく食べることができません。

人間は長生きするようになりました。「80歳までは自分の歯で」という内容の言葉をよく耳にします。ぜひ、幼児の頃から歯を大切にすることを身に付けましょう。

歯は一本でも抜けると、チームプレーができなくなります。

【平成 19 年度 4 号 (2007 年 6 月 1 日)】

「乳歯が生え変わらない子！！」

6月に歯牙検診を行いました。その時に歯医者さんからお聞きしたびっくりした話を紹介します。それは、「乳歯が生え変わらない子が出てきた」とのことです。

一説によれば、「人間の進化」の一例だそうです。人間が長い年月を経て「二足歩行」になったとか、尾てい骨は「しっぽ」の名残だということは知っていましたが、乳歯が生え変わらないのも、「ダーウィーンの進化論」とは本当にびっくりしました。しかし、よく考えてみれば、二足歩行によって使わなくなったしっぽと同じように、固い物をかむ必要のなくなった歯が生え変わる必要がなくなるのは当たり前のように思います。

最近の食文化の発達には、柔らかな物を追い求め、そのことに大人は満足感を覚えています。それが子どもの体にまで影響を与えているとしたら、大変なことです。

幼稚園時代ならまだ間に合うように思います。ぜひ、子どもたちの顎の発達を促すような食生活を心がけてください。そのためには、「食事が出された物は全部食べる」という習慣を身に付けさせてください。また、ごぼうやレンコン等を組み合わせた料理を工夫されたり、週に1回ぐらい、おやつに「するめ」を与えられてはいかがですか。

[平成20年度6号(2008年7月1日)]

「未発達な下アゴ！」

歯の健診の時、歯医者さんから「今の子ども達には下アゴが発達していない子が多い」という話を聞きました。

下アゴの未発達は、食べ物のかみ合わせが悪くなるというだけでなく、言葉の発達や心の発達にも影響を与えるということです。気を付けたいものです。

簡単な対策としては、よく噛まなければいけない食事やおやつを準備することです。例えば、焼きスルメやフランスパン、食パンの耳などを食べさせて、噛む回数を増やすようにしてはいかがでしょうか。また、ご飯を食べながらお茶を飲むと、どうしても流し込みやすいので、食後にお茶を飲むようにすることも大切です。

[平成21年度6号(2009年7月1日)]

「目の愛護！」

10月10日は、「目の愛護デー」で目を大切にする日でした。「1010」を横に並べると人の目になることから決められたようです。

目は一生使うもので、遊んだり勉強したり、テレビを見たり本を読んだり、危険から自分の身の安全を確保したりするのに大切なものです。

幼稚園では、「背筋を真っ直ぐにきなさい」とか「姿勢を良くきなさい」という指導を行っています。姿勢と目の健康とは深い関係があるからです。

本を読む時や字を書く時は、30センチぐらいは離したいものです。テレビを見る時、

画面のすぐ近くで見たり、寝ころがってみたりすると目を悪くします。2メートルぐらいは離れたいものです。また、続けてみる時間は30分ぐらいが適当で、1時間以上続けて見るのは目のためにも良くありません。

手をきれいにしておくことも大切です。汚れた手で目をこすると、ばい菌が入り目の病気になることもあります。手洗いは、インフルエンザの予防のためだけでなく、目の愛護のためにも必要です。

[平成22年度8号(2010年11月4日)]

「七草粥」

1年間の厄払いと健康を願って、1月7日には「七草粥」を食べる習慣があります。

もともとは、2月頃に野山の新芽を摘んでお粥にしていたようですが、室町時代の頃から正月7日に食べるようになったようです。お正月の餅腹を休ませるために青い物をお粥にして食べ始めたのでしょうか、春の七草は越冬に強い植物であり、冬枯れの季節に青い物を補食する意味もあったのだと思います。

昔の人は「セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロ、これぞ春の七草」と覚えたそうです。いずれにしても、秋の七草が観賞用であるのに対して、春の七草はすべて食用で、医学的・栄養学的にも納得させられる薬効があります。最近では、あまり七草粥を食する家庭も少なくなったようですが、理にかなった行事食を食べるのも乙なものです。

また七草粥の日は、新年になり初めて爪を切る日とも言われ、セリなどを侵した水に指を入れてから爪を切ると、1年間、爪の病気から逃れられるとも言われています。

[平成22年度11号(2010年1月11日)]

「睡眠の大切さ！」

「人間の脳が1日のうちで最も成長するのは、寝ている時である。夜の10時から夜中の2時までの間に、脳の中で上質の睡眠を作り出すメラトニンというホルモンが分泌されるので、この時間に熟睡すると脳はよく成長する。」という話を聞いたことがあります。

10時に熟睡するためには、幼稚園児の場合、9時に寝なければいけません。小中学生の場合でも、9時にはテレビやパソコン・ゲームなどの電子画面との接触をやめなければいけません。電子画面の刺激は強く、寝てからも1時間以上は脳に残っているからです。ですから、9時55分までテレビを見ていて10時に寝ても、脳は11時まで寝ていないことになります。

たかが1時間の違いですが、毎日の積み重ねは大きな差となって表れます。10時に熟睡することによって、頭が良くなるのであるならば、もったいない時間の使い方はしたくないですね。日頃の生活の中で、お子さんの脳の成長を抑えられているような親御さんはいませんか。気を付けてください。

[平成21年度9号(2009年9月18日)]

「生活習慣！」

幼児期は、「決まった時間に決まったことをする」という時間の秩序の形成期でもあります。子ども達は、一日のリズムを大切にしながら、幼稚園の生活にも慣れてきています。

赤ちゃんの一時期、夜泣きに悩まされたことがあると思います。夜泣きは、一日中ほとんど寝ている状態から、朝起きてから夜寝る時間までのリズムに合わせようとする時に起きると言われます。すなわち、朝起きて、夜寝ることに徐々に合わせようとするのですが、なかなか上手くいかず、真夜中なのに朝かと思って起きてしまうのです。このように人間は生まれた時から生活のリズム作りを気づかぬうちに行っているのです。

同じように、この時期の子ども達は、今、新たな生活のリズム作りの真っ最中なのです。だからこそ、「早寝、早起き、朝ご飯」の生活リズムをきちんと身に付けることが大切です。これらのことが、子どもの人生を左右すると言っても過言ではありません。子どもの生活習慣は親が作らなければなりません。多少泣いても、早く寝かせて早く起こすようにしてください。このことが、親さんの期待を大きく超える子どもに成長する基本だと思います。

【平成 22 年度 2 号(2010 年 5 月 6 日)】

「風邪をひいた時の対応」

風邪とはウィルスや細菌が鼻や喉に感染し、その場所で増え始めている状態のことです。

ほとんどの風邪は、炎症（鼻水が出る、声がかれる、喉が痛い）が部分だけで終わり、2～3日で症状が治まります。しかし、インフルエンザにかかったり、炎症範囲が広がり気管支炎や肺炎になったりした場合は、そういうわけにはいきません。全身で戦いに参加しなければなりません。血液を早く、多量に送る必要性が生じてくるため、体温を上げなくてはなりません。体温が高くなると、心臓が早く動いて、血液の循環が早くなるからです。脳は風邪の様子を見ながら、体温を何度にするか決めていきます。だから、風邪がひどいほど体温は高くなります。

このように考えると、風邪の初期に必要なことは、①全身の体力を風邪との戦いに傾ける（安静にする）、②適当な体温を保つ（暖かくする）、③十分な水分を採る（暖かい飲み物）などであると言われますが、その通りだと思います。

運動をしながら風邪のウィルスと戦うことはできません。寒さと戦いながら体温を上げようとするのも困難です。水分が不足しては血液が流れにくいのです。ですから、風邪のひきははじめは暖かくしておく必要があるのです。

【平成 19 年度 14 号(2007 年 12 月 3 日)】

「埃とダニ」

あるテレビ番組で、私たち人間は、家でも学校でも、ダニの大群に取り囲まれていることを知りました。

最近、子ども部屋にもジュウタンやカーペットの敷かれている家が増えました。家

の中のジュータンの埃を1グラム取って顕微鏡で調べてみたら、なんと生きているダニや死んでいるダニが2000匹も見つかったそうです。部屋中の埃には、いったい何匹のダニがいることになるのでしょうか。

ダニはジュータンやカーペットの埃だけでなく、窓のさんなどに積もった土埃の中にも潜んでいるそうです。とにかくダニは埃が好きなのです。

生きたダニやダニの死骸を埃と一緒に吸い込むと、いろいろな病気が起こるといわれています。われわれが生活している部屋には、風が運んできた土埃や服を着替えたりする時に出る布埃など、たくさんの埃がたまっています。そのままにしておくと、ダニが喜んで住み着き、口や鼻から体の中にどんどん潜り込んでいきます。抵抗力の少ない子どもの健康のためにも、埃をためないようにしたいものです。

[平成19年度3号(2007年5月15日)]

「心と体の健康づくり」

小児科のお医者さんと話し合う機会がありましたが、その中で、「親が心配しすぎて、弱い子にしてしまっているケースが多い」「小児科に通院する子どもの8割ぐらいは自然に治ることが多い。薬を使えば治り方が少し早くなるだけ」という話を聞きました。

心身を強くするためには、家庭でも次のようなことに気を付け、継続的に実施することが大切であるということでした。

- 1 空気浴や乾布摩擦、冷水摩擦などで皮膚を鍛える。朝や夜の着替え時に一度全部脱ぐようにする。また、寒い時も厚着をさせない。
- 2 食べ物にあまり神経質にならない。いろいろな物を食べて抵抗力をつける。(食物アレルギーは除く)
- 3 心を鍛える。辛いことや痛いことにも耐えさせる。欲求を制限することも必要である。
- 4 子ども同士の遊びを大切にする。子どもは遊びの中で鍛えられ、たくましく育っていく。

※ 子ども達の体質や体調によっても異なりますので、あくまでも参考としてください。

[平成22年度1号(2010年4月9日)]

V 子どもの安全

「不審者の出没」

この時期になると、毎年、不審者が出没し、時には悲しい事件が起こっています。お子さんが外出する時には、「いつ、どこへ、だれと」出かけるのか、また、「いつ」帰るのかについても確認してください。何はともあれ、お子さんの所在については、しっかりと把握するようにしてください。

[平成19年度4号(2007年6月1日)]

「地震発生時の家族での確認！」

東南海地震の発生が話題になって久しいのですが、やや危機感が薄れているように思います。今一度、地震の怖さを再認識し、家族で確認していただきたいと思います。

何よりも一人一人が落ち着いて行動することが大切です。地震が発生したら、まず重いものに押しつぶされないように机の下などに身を隠してください。そして、大きな揺れがおさまったところで、安全な場所に避難するようにしてください。

地震発生時に備えて、次のようなことを家族で確認されてはいかがでしょうか。

- ① 家族の役割分担（出口の確保、非常持ち出しの仕事など）
- ② 家族がバラバラになった場合の集合場所
- ③ 非常時の連絡場所と方法

いずれにしても、天災はいつやってくるか分かりません。地震や火災などの緊急時に備えて「防災袋」などの準備もしておくと思います。また常日頃から、「もしもの場合」に備えて、慌てない心の訓練も必要かと思います。

【平成 22 年度 4 号 (2010 年 7 月 1 日)】

「驚くべき東日本大震災！」

日本人は堅実な民族であると言われます。その堅実な日本人も、大自然の猛威の前には「無力なんだ」ということを、今回の東日本の大地震で思い知らされました。

また一方で、日本人に引き継がれてきた、「秩序と規律」「不撓不屈（ふとうふくつ）」「規律と優しさ」「他を思いやり助け合う精神」をあらこちらで垣間見ることができ、日本人のアイデンティティーを再認識しました。

これらの大地震で一番印象に残ったことは、一般の家屋だけでなく病院までもが倒壊し、けが人を運び込むこともできずに、そのまま死んでしまったことや医師が不足していることです。

そして、長い時間が過ぎた後に救助された事例から、災害時の緊急避難袋を準備しておくことの大切さです。災害は、「いつ」「どこで」発生するか分かりません。今回の地震を肝に命じ、ぜひとも緊急避難袋を準備していただきたいと思います。

【平成 23 年度 2 号 (2011 年 5 月 2 日)】

「緊急避難袋の準備！」

3月11日に、筆舌に絶する大惨事が東日本を襲いました。親族や友人の中でも被害に遭われた方はいらっしゃらなかったでしょうか。

日本人は堅実な民族であると言われます。その堅実な日本人も、大自然の猛威の前には「無力なんだ」ということを知りました。一方で、日本人に引き継がれてきた、「秩序と規律」「不撓不屈（ふとうふくつ）」「規律と優しさ」「他を思いやり助け合う精神」があらこちらに垣間見え、日本人のアイデンティティーを実感しています。

これらの大地震を通して、災害時の緊急避難袋を準備しておくことの大切さを再認識し

ました。今回の地震を肝に命じ、皆さんの家庭でも、ぜひ緊急避難袋を準備していただきたいと思います。

【平成 23 年度 1 号(2011 年 4 月 8 日)】

「防災袋の準備」

6月7日(木)に地震を想定した訓練を行いました。地震の恐ろしさや避難経路、安全な避難方法について確認しました。年少さんも年中さんも年長さんもとても上手にできました。

今回、非難する時には、「話さない」「走らない」「押さない」「離れない」の4つを確認しましたが、ご家庭でも徹底していただきますようお願いいたします。

なお、地震や火災などの緊急時に備え、「防災袋」などの準備も必要かと思ひます。万に備えて、準備方よろしくお願ひします。

【平成 19 年度 5 号(2007 年 6 月 15 日)】

「自分の安全と、まわりの人の安全」

雨が降り続く梅雨に入ると、いつも以上に子供達の身のまわりの危険度が高くなります。怪我や事故に会わないように、雨具などの安全な使い方を分かりやすく教えてあげてください。

雨上がりは、道路に水溜りができていたり、大きなきれいな虹が空に出ていたり、窓ガラスや青葉に水滴がついてキラキラしていたりと、子ども心をわくわくさせるものがいっぱいあります。水溜りでバシャバシャと水をはねさせて遊ぶのも楽しいものです。そのような楽しみも、まわりの人に迷惑をかけないように気をつけることと共に、危険を伴うことは避けなければなりません。

【平成 20 年度 5 号(2008 年 6 月 17 日)】

VI 家庭と幼稚園の連携

「家庭と幼稚園の密なる連絡」

「本を読む習慣を身に付けさせたい」とか、「決められた時間に勉強をさせたい」など、たとえ良い目標であっても、その子の体力や能力、性格を無視して行わせようとすれば負担に思わせるだけではなく嫌いにさせてしまうことがあります。

そこで、家庭での様子や幼稚園での言動を互いに連絡し合うことによって、その時点での一番大切な躰が効果的に指導できると思ひます。「家で手伝いができるようになりました」と連絡帳で知らせていただければ、担任は「えらかったね」と褒めることができます。良いところや頑張っていることを認めてくれる人には子どもは心を開き耳を傾けます。その子その子の良さを認めながら、自分から進んでやろうとする力を育てていきたいものです。できない時は、それなりの理由があります。子どもの気持ちを理解し、分かりやすく話してあげてください。そして、一人一人の性格や能力、体力に合わせた指導を根気よく続けてください。

【平成 19 年度 10 号(2007 年 10 月 1 日)】

「子ども達の成長」

4月に進級し入園した頃の園児達は、泣いたり笑ったり、とにかく元気でにぎやかでした。2園期の終わり頃までは、私が保育室の前を通ると、「園長先生～！！」と大歓迎してくれたのに、最近は少し寂しい思いをしています。

「どうしてかな？」と考えて見ました。そして、子供同士の係り方が上手になっていたからだということに気づきました。園児達は友達との遊びや活動に集中しているのです。

みんなで同じ場所にいるのに友達との係わりがなく、それぞれに一人遊びを楽しんでいく1歳児の「並行遊び」から、気の合う友達ができて2歳を過ぎると「まねっこ遊び」を楽しむようになります。みんなの好きなキャラクターで遊ぶ「つもり遊び」を楽しむ3歳児を過ぎると、4・5歳では遊びの中で役割分担ができて、「役割遊び」を始めます。

4・5歳のクラスに行くと、机に座ってトランプなどのゲームを楽しんだり、グループになってじゃんけんでルールを決めている場面に出会います。「今日は子供達が少ないのかな？」と思うと、まとまったグループで遊んでいるだけで人数は変わらなかつたりします。

このような遊びの中で、子供達は自分の思うがままに物事が進まないことを体験し、友達と一緒にいると何だか楽しくてワクワクする体感を覚えます。音感教育やリズム、体育ローテーションなどの設定保育はもちろんのこと、毎日の遊びや友達との係わりも大きな意味を持っているのです。

友達と遊んで楽しかったから明日も友達と遊びたいと思う気持ち、今日の遊びが楽しかったからまたやりたいと思う意欲、難しかったから挑戦したいという頑張り、このような生きていくのに大切な力は遊びの中で育っているのかも知れません。

[平成19年度20号(2008年3月14日)]

「自己変革と重なり合い！」

子どもの教育を悪くするのは簡単です。子どもの前で先生の悪口を言えばいいのです。また、幼稚園のことを一方的に批判すれば、幼稚園も悪くなります。

もちろん、幼稚園や教師は批判には謙虚に耳を傾け、改善しなければいけないことは速やかに改善することは当然です。しかし現在、マスコミを含め、あまりにも厳しい批判が一方的に行われすぎていると思います。とても残念なことだと思います。

子ども達が健やかに育っていくためには、幼稚園と家庭が不足していることを批判し合うのではなく、互いに補い合い、高め合っていく関係が必要だと思います。そのためには、幼稚園と家庭が情報を共有し、互いの信頼関係を築かなければなりません。園長だよりや園だより、ホームページなどで、幼稚園や子ども達の様子を知っていただき、「双方向の信頼関係」と「家庭と幼稚園の連携」を深められたらと考えています。

「連携とは自己変革であり、重なり合うことである」という言葉を聞いたことがあります。まさにその通りだと思います。まず、幼稚園や家庭が自らのあり方を考え直し、そ

して、足りないことは互いが重なり合って高めることが大切だと思います。

先年度のPTAの役員さんから次のような話を聞きました。「実は私、PTAの役員に決まった時、ほとんど逃げの気持ちでした。そんな時、先輩から『自分の子どもだけでなく、他人の子どものために汗を流したら、きっと自分の子どもが幸せになると考えて活動を続けてきた。そうしたら、様々な人と出会い、多くのことが学べた。』という話を聞き、気持ちを入れ替えて役員の仕事ができるようになった。今では、PTA活動は子どもからの最高の贈り物だったと考えている。」

このような役員さんに支えられている私どもの幼稚園は幸せだなあとと思います。

【平成20年度3号(2009年3月18日)】

「リサイクル！」

環境教育の先進国であるオーストラリアの幼稚園では、3R'Sプログラム(Reduce、Reuse、Recycle)が実施されています。

まず、「使用を減らす(Reduce:減量)」ことです。ご家庭でも、不必要なものがたくさんあるのではないのでしょうか。例えば、晴れた日の部屋の電気とか、子ども達が手を洗う時の水の量、などです。これらのことがなせもったいないかを理解させることが大切だと思います。地震や津波で被害を受けた人が、電気や水、食事や日用品に困った生活をしていることなどを話すのも良いと思います。

次に、「再利用する(Reuse:再利用)」ことです。使えるものを再利用することは、大変教育的な取り組みです。お絵描きのために裏が使える広告やカレンダー、ちらしを集めたり、製作のためにトイレットペーパーやサランラップの芯、ティッシュペーパーの箱、包装紙などを集めたりすることです。このような経験を通して、無駄使いをしないという意識が高まるように思います。

そして、「リサイクルする(Recycle:再資源化)」ことです。年中さんが牛乳パックを利用してジョロを作り、それをシャワーのようにして遊びましたが、この活動を通して、子ども達はリサイクルの大切さを学んだと思います。

大震災後であり、なおさら3R'Sプログラムの必要性を感じるこの頃です。家庭でも心がけてみましょう。

【平成23年度4号(2011年7月1日)】