



☆5月のなかよしミックスでは・・・☆



じゃがいも掘りに行きました♪
ふわふわの土の感触を味わいながら、じゃがいも掘りを楽しみましたよ♪
大きなじゃがいもが、ゴロゴロ獲れて、お母さんたちも大喜びでした。

☆シニアサロンぽぽらでは・・・☆

保育園の3歳児さんと一緒に、花の苗植えをしました。保育園の玄関が明るくなりました♪

室内では健康広げ隊の方に来てもらい、曲に合わせて体を動かしました。懐かしい曲に合わせて、ハンカチを使った楽しい振り付けで踊り、笑顔いっぱいでした(*^ ^*)



♪環境講座♪のご案内

日時：2019年6月26日(水) 10:00～12:00

テーマ：「子育てにも環境にも優しい暮らし」

☆ アロマについてのお話・虫除けスプレー作り ☆

☆ 材料費：500円程度 ☆先着10組

講師：中尾 朱実 様

場所：三光保育園 地域子育て支援センター「さんこうぽぽら」

※参加ご希望の方は、保育園までご連絡ください



「シニアサロンぽぽら」をご存知ですか？

子育て支援センター「さんこうぽぽら」では、月に1回地域の方におこし頂き楽しいひと時を過ごしています。お茶とお菓子を頂きながらおしゃべりをしたり、園児との交流を楽しんだりして頂きます。奮ってご参加下さい。

日時：6月28日(金) } 10時～12時
7月5日(金)・7月26日(金)

内容：6月28日：七夕飾りを作って飾りましょう！（もみじ組との交流）

7月5日：七夕交流会（幼稚園児との交流）

7月26日 エクササイズ（たけ・きく組との交流）

場所：さんこう・ぽぽら

※お電話でお申し込み下さい。(平日の9:30～17:00まで)



♪育児相談・食育相談をしています♪

三光保育園及び三光幼稚園では、育児・食育相談を受け付けています。

お気軽にお申し込み下さい。

※毎月第3火曜日の14時～16時までは、西九大短大部教員による食育相談を行っています。事前にお電話でお申し込みの上、ご利用下さい。(31-6877)



永原学園地域子育て支援センター
さんこう・ぽぽらだより
2019年6月発行 第146号
認定こども園 西九州大学附属三光保育園
TEL:0952-31-6877

「子どもと同じ面白さを感じてみましょう！」

先日のこと。畳の上に寝転がっていた赤ちゃんが、自分の手足を動かして嬉しそうに、「きゃっ！きゃっ！」と声をあげていました。「かわいいなあ～」とその姿に見とれ癒されていると、赤ちゃんは天井にゆらゆらと光が差す現象に興奮して面白がっているようでした。

また、給食前に3歳児の保育室で手洗いをしている園児の後ろで順番を待つ子がいました。私の心の中では、「もうちゃんと順番が守れるようになったんだ」とその成長に感心していたところ、その男児が寝そべって指で何か床面を触っています。「何だろう？」と見ていると、手を洗っている子どもの水しぶきが床面に落ち、その現象に何かを感じたようでした。私はそっと部屋に入り観察を続けていると、床面が摩耗してカサカサになっている所とワックスが効いたきれいな面とでは、水が落ちた時吸収具合が違うことに気が付き、興味津々のようでした。その男児に、「おもしろかった？」と尋ねると、「うん！」と嬉しそうにうなずいてくれました。

実は、この時トイレの方から出てきた保育者はこの男児に注意しようとしたのですが、観察を続けていた私はそっと制止をかけました。私達、大人はついその場面で良し悪しを判断してしまいがちですが、子どもの面白がっていることに目を向け共感する余裕を持ちたいものですね。身近な不思議や面白いことを子どもと一緒に感じてみましょう～♡ (三光保育園園長)



「なかよしミックス」に遊びにきませんか！

就園前までのお子様と保護者の方が一緒に参加して親子で楽しく遊ぶ集いの場です。

★第3回目の6月は、
日時：6月14日(金)・6月18日(火) 10時～12時
内容：エクササイズで体を動かして楽しむ
持ってくるもの：コップ
※動きやすい服装でお越し下さい。

★第4回目の7月は、
日時：7月16日(火)・17日(水) 10時～12時
内容：水遊びを楽しむ

※駐車場は三光保育園からお入り下さい。事前のお申し込みが必要です。(いずれの日も先着10組の親子)

※電話の受付は、平日の9:30～17:00までをお願いします。

「フリーデー」にもどうぞ！

日時：6月24日(月)・6月25日(火) } 10時～12時
7月29日(月)・7月30日(火)

※お好きな時間にお出かけ下さい。

さんこう・ぽぽら
開放の時間帯について

【開園日】
○月～金
祝祭日・お盆・年末年始を除く

【時間】
○9:00～12:30
・園行事の為、ご利用できない場合があります。
・出前支援の場合は、担当職員が不在になります。

○12:30～13:30
昼休みの為閉園

○13:30～16:00
この時間帯のご利用の場合は、電話での申し込みをお願いいたします。

三光保育園：31-6877

子育てだより

「父親の役割」

西九州大学心理カウンセリング学科 准教授 太田秀樹

一般的に、子どもの養育にとって、なくてはならない存在は母親ですよね。赤ん坊は、お腹がすいて、母乳が欲しい時に母親がいると嬉しいし、いないと悲しく、また怒りを感じて泣き出します。こういうやり取りを通して母親との良い関係が成立していきます。つまり、大切な人との人間関係のスタートです。

一方、父親の存在は赤ん坊にとってどういう意味があるのでしょうか。はっきり言って、父親の赤ん坊への直接的役割はほとんどありません。なぜならオッパイは母親からしか出ないからです。赤ん坊が1歳頃に初語が見られますよね。その言葉は、概ね「ママ」か「マンマ」です。日本では前者、海外では後者が多いそうです。この言葉の発音、とても似ていますよね。つまり、赤ん坊にとって大切な存在か大切な食べ物（母乳）かがこれらの初語の基になっているのです。もちろん父親も哺乳瓶で飲ませたり、おむつを替えたりすることはありますが、それはあくまでも母親代わりの役割にすぎません。

しかし、母親代わりの役割に、父親の役割があると思いませんか？母親が忙しい時、病気の時、母親代わりをすることこそ父親の役割なのではないでしょうか。つまり、母親と父親は協力して養育（子育て）に参加すべきなのです。

さて、本来子育ては難しいのです。昔、大家族制の時代には、家にいる誰かが子どもの面倒をいていましたので子育ては簡単にできました。ところが、高度経済成長が始まるや核家族化が起こり、夫婦で子育てをおこなう時代になりました。子育ては母親が行うものと勘違いしていた核家族化の初期の頃、母親は孤軍奮闘していたに違いありません。現在では性差別なく働く時代となり、子育ては父親の援助なくしては成り立ちません。そう、父親を子育てに参加させることが重要なのです。いずれ、本当に父親の存在が必要になる時（思春期の親離れ時期）がやって来ます。その時に母親に反抗する子どもに対して強い父親を見せつける必要があります。このためにも、子どもが赤ん坊の時期から、父親は養育に参加しておいてください。悪い例が、里帰り出産です。この時頻りに父親が来てくれば、まだましですが、たいていは留守のうちに男は遊びます。何と理不尽なことか！

基本は、自宅で夫婦協力しての子育てです。そこに父親の役割が自ずと表れてくるはず

「規則正しい3食の繰返しは、子どもの未来を創る」

西九州大学 健康栄養学部 健康栄養学科 特任教授 沖田 千代

麦の穂が黄金色に輝く季節を迎えています。自然のゆたかな流れの中に身を置くと、今現在、何ごともなく元気で過ごしている自分があるのは、自分の周りの人たちから支えがあることに改めて感謝の気持ちが湧きあがります。中でも互いに助け合ってきた家族には彼らのおかげで救われてきたこと多く、また特別の感があります。

私を育ててくれた父母は幼少期から1日3度の食事をしっかりと摂ることを体得させてくれました。しかも、おかずの煮魚をいただいた後の魚の骨はカルシウム源で背が伸びる源だからと、昔我が家にあったしちりんその骨を焼いて食べるなど、残すことなく栄養をいただく方法を自然に身に付けられ、知らないうちに、今で言うところの「食育」を受けて育ちました。高等教育機関では、「食律生命」という言葉をスローガンにしている大学で学び、その後長く、スローガンそのままに食は生命を律する具体的な事柄を学生たちに教鞭をとってまいりました。

そう言えば、私は昨年度までの3年間、文部科学省の食育推進事業推進委員会の委員長として、小学校の児童、中学校の生徒の学校、ご家庭での食の実態に触れてまいりました。特に、印象に残った調査結果がありますのでご紹介したいと思います。

私が担当した一地域は日本でも医療費高額に入る地域でした。医療費を上げている疾病は生活習慣病の中でも今増えてきている糖尿病腎症でした。糖尿病から発症した合併症です。糖尿病の状態を判定する指標にはHbA1c、空腹時血糖値などがあります。小学校の児童にはまさか糖尿病指標の変化は見えないだろうとの予測を裏切り、特定保健指導対象者選定の基準である5.6%以上のHbA1c値を示す児童が血液検査に同意を下さった保護者の児童60名のうち約20名に認められたのです。しかも、その児童の保護者も児童と同様に高値の傾向を示しました。糖尿病の指標のみならず、血清LDLコレステロール値も高値である保護者のご家庭の児童はやはり高値という正比例の関係でした。この結果はご家庭の食事を始めとした生活習慣に問題を抱えているであろうと予測されます。それを裏付けるかのように、HbA1c値が高いご家庭では、そうではないご家庭と比較して、おかずの味付けに砂糖が多く用いられていたことがうかがわれました。おやつで甘いお菓子を減らしたとしても食事のおかずで摂取してしまう環境であったと言えます。

ご家庭の食事は保護者が健康を少しでも意識して対峙すると、児童の血液検査結果は違ってきます。しかし、ただおなかを満たす為だけの食事は、そのご家庭の子どもさんの将来にそのまま関わっていくのですよね。大学で教えていても実際にその場面を児童の中に見た現実には愕然としたものがありました。

食事づくりを担う方がご家庭の食事に少しだけ気を配る意識を持つことはそのままご家庭の皆さんのみならず、未来の日本を担う子どもたちの将来の健康を創り上げていくことにつながると考えています。

