



# おたより

令和5年 8月号  
 静岡市清水うみのこセンター  
 TEL：054-335-1148  
 FAX：054-335-1292  
 Mail：shimizu-uminoko@po4.across.or.jp

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)
	何でも相談	ラッコ1 10:00 (水遊び)	パンダ1 10:00 (水遊び)	園訪問
	A 14:00 (水・泡遊び)	B 14:00 (生活)	C 14:00 (生活)	D 14:00 (生活)
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)
園訪問	しか 9:45 (水・泡遊び)	ラッコ2 10:00 (水遊び)	パンダ2 10:00 (水遊び)	山の日
療育相談	E1 14:00	何でも相談	F1 14:00	
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)
りす 9:45 (生活)	何でも相談	ラッコ1 10:00 (親子遊び)	パンダ1 10:00 (親子遊び)	職員会議
特別指導	何でも相談	何でも相談	ペアレントトレーニング 13:30	G 14:00
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
うさぎ 9:45 (生活)	園訪問	入園説明会	パンダ2 10:00 (親子遊び)	園訪問
何でも相談	何でも相談	何でも相談	園訪問	何でも相談
28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	
療育相談	ひつじ 9:45 (生活)	ラッコ2 10:00 (親子遊び)	年長児ママパパ教室 (先輩母の体験談) 10:00	
年中親子遊び14:00	E2 14:00	年少親子遊び 14:00	F2 14:00	

## 8月の活動について

### 幼児【生活:お買い物】

うみのこマーケットでお買い物ごっこをします。  
 年少さんは自分の好きな物を自分で選んで買います。  
 年中さんは親御さんから頼まれた物を買に行きます。  
 最近はセルフレジもあり、お店の人とやり取りする機会も減ってしまいましたが、「～下さい」「どうぞ」「ありがとう」のやり取りができればステキですね。



### 乳児【水遊び 広野海岸公園】

今年は広野海岸公園へ行って水遊びをします。  
 みんなで、うみのこから事業団のバスにのって公園へ向かいます！親子でたくさん水遊びを楽しみましょう！

※詳細は「水遊びのお知らせ」をご覧ください。

#### 持ち物

濡れてもよい服か水着・水分・タオル・着替え



## 「どうしてじっとしてられないの？」

活動中、お子さんが落ち着きなく動き回ってしまうことはありませんか？  
座りなさいと言ってもなかなか座ってくれません。子どもはなぜ動くのでしょうか。そこには「不安」が関係していることもあります。興味深いお話がありましたので、一例をご紹介します。



状況などを予測できないと不安が発生します。不安を解消する手段が“身体を動かす”ことです。身体の一部または全身の運動反応で緊張を紛らわそうとします。子どもが示す不安時の様子や行動は、不安の感情が運動として表出されたものです。つまり、「状況がわからない→不安が発生→解消行動→不安が低減」となります。子どもにとっては、不安という過緊張で不快な状況から何とか逃れようとする“もがき”の行動で、“苦悩”の表れといえます。

不安に対する対応の基本は予防にあります。子どもに不安を生じさせないようにすることが重要です。不安な時の様子や行動は、すでに不安が発生した後に表出されたものです。不安の発生後に子どもが自分でコントロールするのは難しいです。

不安の発生を予防するには、子どもを“わからない”状況にいたずらに追い込まないことです。そのためには、子どもの発達の状態や特徴に合わせた接し方が日常生活に求められます。言語理解の状態に合わせたことばかけ、わかりやすい指導の仕方、解決力に見合った課題の設定、なじみのない場所への急な連れだしの回避など、“わからない”ことへの細やかな工夫や配慮が大切になります。

「発達教育・2020年9月号 特集 不安が強い子どもへの理解と対応」より抜粋



うみのこセンターの活動でも動いてしまうお子さんがいますが、その子の成長の段階によっても走る理由は違ってきます。不安だけではなく、活動へ関心が向かず「それより走りたい!」「お友達の実似をしたい」等のいろいろな思いがあります。まずは走る理由をとらえて、動きを止めることよりも気持ちの安定を図ることを大事にしたいと思っています。

今何をやっているのか、この後どうなるのかを分かりやすく伝え、先の見通しを持つことでどうすれば良いかが分かるようにしていきます。お子さんが活動に参加するにあたり、親御さんが動いてしまうとお子さんが戻るところがなくなってしまい余計に分かりにくくなってしまいます。親御さんはその場で待っていただき、お子さんが戻ってきたら「お帰り」と受け入れてあげてください。

## みんなでほっとする会

テーマ：生活習慣について

5月29日(月)のみんなでほっとする会は「生活習慣について」のテーマで行われました。今まで生活習慣のテーマで行った時はトイレトレーニングや偏食といった悩みが多かったのですが、今回は生活リズムの悩みが出されました。

例えば登園の支度をさせるのが大変、降園後の過ごし方、おやつを欲しがり食事を食べない、テレビの見せ方、自己主張への対応の仕方、等々。それに対して、朝は親が着替えさせてしまう、ある程度言ってあとは本人のペースに任せる、降園後も気が済むまで外遊びをして発散させる、しっかりした食事でなくても、食べてくれば何でもいいと思うようになった、テレビを見る時間を決めるようにしている、子どもの主張は受け止めつつも親の思いも子どもに伝えるようにしているなど、悩みながらも皆さん試行錯誤して頑張っている様子がうかがえました。

生活習慣は大事なことですし、親としてはこうしたいという思いもありますが、こうでなければいけないという決まりはありません。だからこそ難しいところはありますが、あまり枠に捉われずに我が家なりの生活スタイルを作っていけると良いのかもしれないね。

うみのこセンターのおたよりは、ホームページから閲覧することが出来ます。予定の確認等にご活用下さい。各行事のお知らせや、活動報告等も随時掲載していきます。しみず社会福祉事業団のトップページより、新着情報にて最新のおたよりをご確認出来ます。

うみのこセンター おたより

