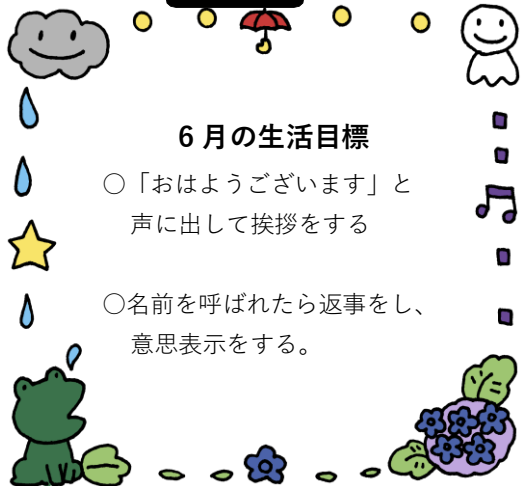


永原学園地域子育て支援センター  
**さんこう・ぽぽらだよ!**  
 令和2年6月発行・第158号  
 認定こども園西九州大学附属 三光保育園  
 TEL:0952-31-6877



### 6月の生活目標

- 「おはようございます」と声を出して挨拶をする
- 名前を呼ばれたら返事をし、意思表示をする。

### 「シニアサロンぽぽら」について

シニアサロンの開講は、当面、新型コロナウイルス感染症予防のため、見合わせたいと思います。  
 園児とのふれあいを楽しみにして参加して下さい。事とは思いますが、何卒ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

### 「触る、嗅ぐ、食べる」

臨時休校が解除され、園には23日ぶりに子ども達が勢揃いしました。例年の4~5月は、敷地に咲くシロツメクサやレンゲソウの草花を使ってうれしそうに髪飾りやブレスレットを作って楽しみ、つつじの花びらを集めては色水遊びで盛り上がっていました。遅ればせながら、真夏が来る前に少しでも多くの春の草花遊びを楽しみたいと思います。

久しぶりに登園した子どもたちに、「おうちでどんなことしてた?」と尋ねると、「ホットケーキを作ったよ」、「おまめを採ったよ」、「タケノコの皮をむいたよ」等々、の声がきこえました。そういえば、春は五感(視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚)をいっぱい使った自然遊びや食育を子どもたちと日々楽しんでいたんだと、私自身も思い出した次第です。

14日は久しぶりに登園してくる子ども達のために、担任が山手にある祖父母の家からタケノコをとってきて背比べをしたり、皮をむかせたり、においを嗅がせたりしていました。子ども達からはその子が感じた色々な感覚が言葉になって聞かれました。タケノコの皮がチクチクしたこと、中の実が白くて柔らかかったこと、その匂いの表現も多様でした。本来なら、たけのこご飯にするところですが、竹が大きく育ちすぎて、食用には向きませんでした。来年こそは食べさせてやりたいと思います。

おうちで野菜をプランター栽培しておられる家庭もあるようです。特に苦手な野菜は自分が関わることで、食べてみようという気持ちになり、少しずつ食べれるようになっていきます。ぜひ、チャレンジしてみてください。(三光保育園園長)

### ♪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。



### 6月・7月の「子育て支援事業」のお知らせ

※今年度の支援事業の日程は、年齢別に分かれております。

- ・6月 3日 (水) 10:30~11:30 ...赤ちゃんの日 (1歳未満)
- ・6月 8日 (月) 10:30~11:30 ...1歳児の日
- ・6月 15日 (月) 10:30~11:30 ...2歳児の日
- ・7月 3日 (金) 10:30~11:30 ...赤ちゃんの日 (1歳未満)
- ・7月 9日 (木) 10:30~11:30 ...1歳児の日
- ・7月 16日 (木) 10:30~11:30 ...2歳児の日

開催場所: 三光幼稚園・保育園の運動場

※電話でお申し込みください。先着10人です。

※雨天時は、中止です。

※赤ちゃんの日は兄弟児の参加はご遠慮下さい。

1歳と2歳の日、参加できます。

※詳しくは、ホームページを必ずご覧ください。

### 6月・7月の「フリーティ」について

保育園の支援センターを下記の日程で開放します。  
 日時: 6月22日(月)・23日(火) } 10:30~11:30  
 7月20日(月)・21日(火) }

★新型コロナウイルス感染症の状況により、計画の変更が予想されるため、出かける前に必ずホームページを確認してください。

## 寄稿：西九州大学・西九州大学短期大学の窓から

### 子育て便り

#### 「先の見通せない不安」

西九州大学子ども学部心理カウンセリング学科・教授・池田久剛

2月末に、全国一斉の登校自粛要請、その後4月には全国一斉の緊急事態宣言と、不測の事態が続いています。

このような状況は当然、私たちにとっては強いストレス反応を生じさせます。イライラしたり誰かに当たりたくなったりしても、それは致し方のない面もあるかもしれません。

しかし、行き過ぎた怒りや攻撃性は、もちろん対象を傷つける危険性があります。そんなつもりはなくても対象を傷つけてしまったとわかったとき、私たちは強い後悔や、自責の念、罪悪感に襲われます。それは辛い体験ですよ。

だからといって、私たちの中に自然にわき起こってくる怒りの感情は、意識の力で容易にコントロールできるものではありませんし、それを否定することは、自分自身を否定するような気持ちにもつながり、それ自体が次の怒りにつながりかねません。

このような非日常が続くときには、「怒り」や「攻撃的」な感情は、湧いてくるものと、覚悟しましょう。そういう気持ちになるかもしれない事を大前提として、あらかじめ、そういう気持ちが湧いてきたときにはどう対処しようか、ということシミュレーションしておいてはいかがでしょうか。

音楽を聴くとか、絵を描くとか、そういうときには誰に話を聞いてもらうとか、一人で何かを作ることに没頭するとか、対処方法は人それぞれでしょう。そういうときのおまじないのこぼろを考えてもよいかもしれません。そういうときに開く本（絵本）を、どこかに準備しておいてもよいかもしれません。

非日常的でありかつ危機的な状況において、私たちの体内のホルモンの変化などで、普段よりも刺激に敏感になったり、覚醒水準が上がり攻撃性が高まったりするのは、生物として当然の反応です。むしろ身体がそういう反応をすること自体が、生物としての私たちの生存には有利に働いてきたのです。ただ、生物がこういう反応を生じさせるのはしばしば外敵に襲われたときですが、私たちにはそのような外敵が目の前にいるわけではありません。外敵がいるわけではないのに身体は外敵に襲われたときと同じ様な反応をしてしまうので、そこで現実とのズレが生じてしまうこともあるのでしょうか。そう考えれば、実際に身体を動かすことで解消することは理に適っていますし、人間が創り出してきた文化には、そのズレを埋めようとする働きがあるのかもしれません。