

食育講座 「親子で学ぼう Let's Cooking!!」

西九州大学短期大学部の田中先生、尾道先生と学生さんの協力により、食育講座を開催しました。

今年は、“親子で料理づくりを楽しむ！”をテーマに・・・

1回目は、おにぎり弁当を作りました。



2回目は、夏野菜のカレー・フルーツポンチを作りました。



☆ なかよしミックス ☆

今月のなかよしミックスは、わらべうたのコーダイ研究会の富永先生を講師にお迎えして親子でわらべ歌を楽しみました。みんなの笑顔でいっぱいでした(*^-^*)



「シニアサロンぽぽら」に遊びにきませんか

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。今月は、保育園児の発表をご覧ください。奮ってご参加ください。

日時：9月14日(水) 10時から12時

内容：「敬老の集い」保育園児との交流を楽しんで下さい

場所：さんこう・ぽぽら

電話でお申し込み下さい。 TEL 31-6877



♪ 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。



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
2016年9月発行 第113号
認定こども園 西九州大学附属三光保育園
TEL:0952-31-6877



9月の生活目標

・自分の事は自分でする

2歳児の心と体

猛烈な暑さと長い日照りが続いた夏休みでしたね。皆さんお変わりありませんか？先週の雨のせい、朝晩は涼しい風が入ってくるようになりました。園の子どもたちも水を得た魚のように元気に外遊びを楽しんでいます。ぽぽらの活動も再開です。親子で楽しんでください。

さて、最近2歳～3歳のお子様を持つお母さんが、子ども相手に「反抗期なんです！」と対応に苦慮されている場面に出会いました。一般的に言われる2歳半から3歳までの子どもの発達の状況は、全身を思うように使うことができるようになります。「よ～い、ドン」という合図で力いっぱい走れるようにもなり、片足立やジャンプもできるようになります。カメラに向かって指をVの時にしてポーズをとることもできるようになりますね。また、製作活動では、○を描いたり、長短の線を引いて表現できるようになります。一方、自我が著しく育ちその子なりの意図がはっきり育ってきます。自分の思うようにならないと、子どもは混乱し感情的になります。怒ったり泣いたりして自分の感情を表出することで、次第に心が落ち着いてきます。その繰り返しから、自律心が芽生えてくるのです。自律心とは、どうしたらよいのかを自分で判断し、それを遂行するために自分をコントロールする力と言われています。子どもが激しい感情の動揺を見せる時には、その子が自律心を身に付けるために自分自身と闘っているということを周囲は理解してあげましょう。その時の子どもの気持ちに寄り添いながら、子どもの葛藤を温かく見守ってあげるといいですね。
(三光保育園長)

「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6回目の9月は、下記の日程で実施します。

日時 9月13日(火)10:00～12:00

内容：砂遊びを楽しむ

持って来るもの：着替え・帽子・コップ

場所：地域子育て支援センター「さんこうぽぽら」

※事前のお申し込みが必要です。受付は、平日9:30～17:00

(いずれの日も先着16組の親子)



9月の「フリーデー」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。お好きな時間にお出かけ下さい。

日時：9月27日(火)・9月29日(木) いずれも10:00～12:00

※事前の連絡は必要ありません

子育て中に考えたいこと ～この子にとって、わたしにとって「たいせつなことは？」～

西九州大学子ども学部子ども学科 准教授 田中麻里

みなさんにご紹介したい絵本があります。それは、作マーガレット・ワイズ・ブラウン&絵レナード・ワイズガードによる「たいせつなこと」です。日々、目にうつるものたちを新鮮な驚きをもって自由にとらえたとされるこの絵本は、1949年に最初に出版されて以来、多くの人々に読み継がれ、半世紀以上の時を経て日本でも出版されました。



「たいせつなこと」 フレーベル館 2001年

作：マーガレット・ワイズ・ブラウン

絵：レナード・ワイズガード 訳：内田 也哉子

この絵本には、「コオロギ・グラス・スプーン・ひなぎく・あめ・くさ・ゆき・りんご・かぜ・そら・くつ・あなた」が登場します。それらは、私たちの日常にあり、あたりまえのことでさほど意識していないかもしれませんが。私がこの絵本に出会った時、まさに新鮮な驚きでした。あたりまえは大事なことで、そして、そのたいせつさを忘れていませんか？と問われているようでした。その受けとめ方は、ひとそれぞれ、また、その時々で異なってくると思いますが、あらためてひとつひとつのことを意識してみると、なんだか気持ちが落ち着き、こころが穏やかになることもあります。いろいろ欲張らず、頑張りすぎず、自分らしく今を大事に生きればよい、時にはまわりをみるゆとりを持つことも必要だと感じたりもします。日常に存在するあらゆるもの・こと・ひと・など、それぞれに存在する意味があり、役割があるということに気づかされる絵本です。最後まで読み終えると、自分と周りの関わり方について考えることができ、子どもたちと向き合う際のヒントや今をたいせつに生きるための勇気もらえるかもしれません。

この絵本の最後のセンテンスを紹介します。『あなたはあなた あかちゃんだったあなたは からだところをふく

らませ ちいさないちにんまえになりました そしてさらにあらゆることをあじわって おおきな おこのひやおんなのひになるののでしょう でもあなたにとってたいせつなのは あなたがあなたであること』 ひととは子どもの時から、たくさんのことを体感し、吸収し、時間をかけて自分と向き合い続けます。自分の存在をたいせつに思い、自分の周りの環境をもたいせつに思う。その思いが持てるようにぜひ成長してほしいものです。そのためには、おとなが子どもをたいせつに思い、子どもを囲んでいるあたりまえの環境をたいせつに思う。この思いこそがたいせつなことといえるのではないのでしょうか。以下に絵本の全文を紹介します。みなさんのたいせつなことについて考えてみてはいかがでしょうか。

「たいせつなこと」全文

- コオロギはくろい トンととんで ピョンとはねて チリリないて なつものよるをひとしきりうたいあげる でも コオロギにとって たいせつなのは くろいということ
- グラスにとってたいせつなことは むこうがわがすけてみえること
- スプーンはたべるときにつかうもの てでにぎれて くちのなかにあうんとおさまり たいらじゃなくとぼんでいて ちいさなシャベルみたいにいろいろなものをすくいとるでもスプーンにとってたいせつなのは それをつかうとじょうずにたべられるということ
- ひなぎくはしろい まんなかがきれい くながくてしろい はなびらにははちがちょこんとすわり なんだかくすぐたいかおりがして ひろいみどりのそうげんによりそいささやきあっている でも ひなぎくにとってたいせつなことはしろくあること
- あめはうるおす あめはそらからおちてきて しとしと ざばざばおとがして いろんなものを つやつやにかがやかせ どんなあじにもにてなくて くうきとおんなじいろをしている でもあめにとって たいせつなのは みずみずしく うるおすということ
- くさはみどり くさはおおきくのびて あまくあおいにおいでやさしくつつみこんでくれる でもくさにとってたいせつなのは かがやくみどりであること
- ゆきはしろい ゆきはつめたくなるく ふんわりそらからおちてきて まぶしく ちいさなほしやすしいしょうのようにきらめいている ゆきはつんとつめたい ゆきはそつとけていく でもゆきにとってたいせつなのは いつもかわらぬしろいということ
- りんごはまるい りんごはあかい したくのできたりんごはきからぼたんとおちてくる かじるとなかはしろく あまずっぱいるゆがほおにはじける そしてりんごのあじがくちいばいにひろがる でもりんごにとってたいせつなのはたつぷりまるいということ
- かぜはふく かぜはめにはみえないけれど ほおでかんじることができて こずえをゆらし ぼうしをふきとぼして ふねをはこんでいく でもかぜにとってたいせつなのは ふくということ
- そらはいつもそこになる まぎれもなくあおくて たかくてくうきにみちている そしてときおりくもがとおりにすぎっていく でもそらにとってたいせつなのは いつもそこにあるということ

「パイの話」

西九州大学健康栄養学科教授 古賀浩二

先日本学を退職された先生から、ピザを焼く窯の話を知りました。ピザといえば私が高校生の頃、2つ年上の兄と福岡天神のお店で初めてピザを食べたのを覚えています。初めて食べたピザの食感はパンのようなはたまたお菓子のよう、とてもおいしかったのですが、ビールなど飲まないその頃の私には、これを御飯の代わりにおなか一杯食べることは想像できなかった記憶があります。

記憶をたどると、その頃ピザの事をたしかピザパイと呼んでいたと思います。パイといえば情報処理の分野にエクセルという表計算のソフトウェアがありますが、これは色々な数値を扱うことができるソフトウェアで、その中にパイ（ π ：円周率です）を扱うための機能があります。パイは 3.14 で始まり無限に続く数値です。一昔前小学校において手計算で円周率を扱う場合に 3.14 でなく 3 として計算するよう指導したため、「円周率が 3.14 から 3 に変わった」などと変な話が広まったことも記憶に新しいところです。この円周率、エクセルでは一体何桁で扱われるかご存知ですか？近くにコンピュータがある方は実際に触ってみるとお分かりになるとと思いますが、「3.14159265358979」の 15 桁です。3 とは比較にならないこの 15 ケタという桁数、いったいこんなに長い数値、必要なのでしょうか。

例えば、日本の一般会計予算は平成 28 年度で約 100 兆円ですが、まさにこれはエクセルで扱うパイと同じ 15 桁の数値です。すなわち国家予算の使い道を決めるときにその中の 1 円をあれこれ議論するのと同じくらい大きな桁数で表現されているわけです。しかし、お金と違って用途が変わると、同じ 15 桁でも非常に重要になります。例えば、アメリカ航空宇宙局（NASA）のジェット推進研究所で数値計算に使用しているパイの桁は 16 桁という事です。では 15 桁と 16 桁がどの程度の違いがあるかという、これまで人間が地球外に飛ばした探査機の中で一番遠くに行ったボイジャー1号は、地球から 195 億 3600 万 km 離れたところまで行ったそうですが、地球を中心にこの距離を半径とした場合の円周は、円周率を 15 桁とした場合と 16 桁とした場合で、12cm 程度異なるそうです。探査機のアンテナが 3.7m だそうですから、これ以上差が出ると困りそうな値です。

話を元に戻して、エクセルの円周率は、私たちの日頃の生活ではあまりにも正確すぎるようですが、ボイジャーにとってはもう少し正確な方がいいのかもしれませんが。日常生活や仕事でエクセルを利用される方は、このようなエクセルの機能を使えば、計算による誤差はあまり気にしなくていいようです。エクセルには他にもうるう年を計算してくれる機能（2096 年はうるう年ですが、2100 年はうるう年ではありません）や、ローンの金利を計算する機能など、日常生活と接点の多い機能が多く備わっています。時間のある時に覗いてみると新しい発見があるかも知れません。

ところで私が最初に食べたピザパイのトッピングが何だったかもう思い出せませんが、ほうれん草が沢山乗っかっていたような記憶があります。兄貴とこのピザパイを食べた時、ボイジャー1号は打ち上げから 1 年半後、すでに木星の写真撮影を開始していたようです。それから 40 年近く経った今、ピザパイはピッツァに変わり、円周率は 3.14 から 3 に、はては 3.1415...に変わりました。ボイジャーは現在も地球からはるか彼方で探査機として現役で働いているようです。科学技術の凄みを感じます。