

❀ 4月～7月の予定 ❀

月	日	曜	実施グループ名	月	日	曜	実施グループ名
4	12	水	東与賀出前支援	6	13	火	ミックス (じゃがいも掘り)
	18	火	フリーデイ		15	木	ミックス (じゃがいも掘り)
	19	水	フリーデイ		20	火	フリーデイ
	21	金	シニアサロンぽぽら		23	金	フリーデイ
	25	火	ミックス		27	火	環境講座
	27	木	ミックス		30	金	シニアサロンぽぽら
5	10	水	東与賀出前支援	7	4	火	なかよし一む①
	18	木	フリーデイ		5	水	東与賀出前支援
	19	金	フリーデイ		6	木	なかよし一む②
	23	火	ミックス		7	金	シニアサロンぽぽら
	25	木	ミックス		11	火	プレ・スクール
	26	金	シニアサロンぽぽら		13	木	なかよしミニ①
6	30	火	育児講座 No.1	14	金	なかよしミニ②	
	1	木	なかよし一む①	19	水	ミックス	
	2	金	なかよし一む②	20	木	ミックス	
	6	火	プレ・スクール	25	火	フリーデイ	
	7	水	東与賀出前支援	26	水	フリーデイ	
	8	木	なかよしミニ①	27	木	若楠出前支援	
	9	金	なかよしミニ②	28	金	シニアサロンぽぽら	

永原学園三光保育園地域子育て支援センターでは  
以下のような事業をしています

- 毎月1回程度親子で登園し、毎回違う計画を一緒に楽しめます。(登録制)  
5月9日から募集受付をします。  
☆なかよし一む・・・2歳児コース  
☆なかよしミニ・・・1歳児コース
- 就学前までのお子様と保護者の方が一緒に参加して楽しく集う場です  
☆なかよしミックス・・・月2回実施(予約制)
- 支援センター内を開放します。  
☆フリーデイ・・・月1～2回実施
- 地域の方々に「さんこうぽぽら」におこしいただき、集いの場として楽しいひと時を過ごします。  
☆シニアサロンぽぽら・・・月1回実施
- その他  
☆親子クッキング(8月) ☆育児講座(年3回)



新しい世界♡ 新しい出会い♡

平成29年度が始まりました。園では、3月31日の涙の別れと共に新しい世界へ子ども達を送り出しました。入園してからの成長をパソコンの画像で振り返ると、ビデオの早送りをしているような時間の流れを感じました。どの子ども達もこれからの小学校での生活が楽しく希望のあることを祈るばかりです。

さて、別れの後には、また新しいお子様方との出会いが待っています。ポポラにも新しいスタッフが加わり皆様とお会いできることを楽しみに、準備に取り掛かっています。

初めて子育てに日々奮闘しているお母さん、お父さん。ぜひポポラを介して新しい世界、新しい方たちとの出会いを楽しんでください。スタッフ一同、心待ちにしております。

春は、綺麗なお花や生き生きと芽吹く自然がいっぱいですね。身体をいっぱい使って、五感を育みましょう！  
(三光保育園園長)



4月の生活目標

- ♪薄着の習慣を始めましょう。
- ♪戸外で元気に遊びましょう。



「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1回目の4月は、「紙芝居や絵本を楽しむ」です。

日時：4月25日(火)10:00～12:00  
4月27日(木)10:00～12:00

場所：さんこう・ぽぽら

※駐車場は三光保育園からお入り下さい。  
※ご希望の方は、事前のお申し込みが必要です。

※電話の受付は、平日の9:30～17:00までをお願いします。

「フリーデイ」にもどうぞ!

日時：4月18日(火)  
4月19日(水)  
10:00～12:00

お好きな時間にお出かけ下さい。  
場所：さんこう・ぽぽら



「シニアサロンぽぽら」に遊びに来ませんか

地域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で頂きます。

奮ってご参加下さい。

4月21日(金)10時から12時

場所：さんこう・ぽぽら

お電話でお申し込み下さい。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。

## 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

#### 「愛着を満たすことはとても大切なことです」

西九州大学子ども学部子ども学科 教授 高尾 兼利

私たちは温かい友人、やさしい先輩、さわやかな後輩、健やかな同僚に囲まれて生活すると、やるべきことをスムーズにやり抜けます。多少困難な仕事に直面しても色々なことを参考にしたり、他者の意見を聞いて、自分のやり方で解決できます。一方冷たく、思いやりが薄く、自分の利害を中心に動く人に囲まれて生活すると、それほど難しくない仕事でも、時に十分にこなせなかったりします。これはどういうことでしょうか。

私たちは心のコンディションしだいで実力を発揮できる程度が異なってくるということです。このコンディションは人との関係に最も影響を受けます。その影響の度合いは人により異なります。ただし、その影響を受けない人はいないと思われま

子どもの場合は影響の程度が大人より大きくなります。心のコンディションにもっとも大きな影響を与えるのが、愛着の満たされ方だといわれます。この人と一緒にいて、しっかり認められている感じ、存在感が実感されて、安心しておれる状態、これが愛着が適度に満たされた状態です。愛着が適度に満たされた状態では、子どもは色々なものを活発に探索したり、他の人の動きをみてこれを参考にして、同じような機会に積極的に活用したりします。こうした活動は子どもの能力を伸ばすことになります。しかも主体的な学習により自然に身につけられたものです。それゆえにこの経験は子どもの根のところの成長につながります。このような心の体験が繰り返され、記憶され、以後の人生に一定の影響を与えると考えられています。

一方愛着が満たされない状態に長くさらされたり、安定的に満たされるのではなく、満たす側の親の状態により、満たされたり満たされなかったりすると、愛着を満たすために子どもが大変なエネルギーを費やさねばなりません。泣き叫んだり、ぐずり続けたり、しがみついたり、愛着が満たされないまま泣き寝入りしたりします。その分、探索や観察、これによる学習に心が向かうことが少なくなります。自然な成長が小さくなります。

子どもの動きに合わせて大人が動く、子どもの情動の動きに呼応して子どもに働きかける。こうした関わりが子どもの愛着を満たすことになります。そのためには大人の共感力が必要です。共感力を基盤に子どもとの愛着を適度に満たす。共感力には大人の個人間でかなり差があります。この実現は実はかなり難しいことです。難しいことですが、子どもさんの愛着を満たされることをお勧めします。いかがでしょうか。

### 食育便り

#### 「アレルギーの原因と対応」

西九州大学健康栄養学部教授 石松 秀

桜が咲き誇り、すっかり春らしくなりました。一方でこの季節になるとスギやヒノキによる花粉症に悩まされる方も多いのではないのでしょうか。花粉症は、免疫反応によって起こるアレルギー疾患です。免疫反応は、外界から体内に侵入してきた異物により病気が起こらないようにする生体防御反応です。しかし時として無害な物質に対しても過剰な反応を起こし、身体に不都合な症状を引き起こすのがアレルギー疾患です。アレルギー疾患には、花粉症のほか、気管支喘息やアトピー性皮膚炎、蕁麻疹、食物アレルギーなどがあります。

食物アレルギーの患者数は、0歳児に多く、年齢とともに減っていきます。有病率は、乳児で5～10%、幼児で約5%、学童期以降は1.5～3%といわれています。症状としては、蕁麻疹などの皮膚症状が最も多く、次いで呼吸器症状（くしゃみ、鼻水、鼻づまり、呼吸時のゼーゼー音）、消化器症状（ムカムカ感、腹痛、嘔吐、下痢、）、そして重篤な場合は、生命に関わるアナフィラキシーショック（血圧低下、顔面蒼白、冷汗、呼吸不全、意識障害）となる場合もあります。原因になる食物は、乳幼児では鶏卵が最も多く、牛乳、小麦、ピーナッツ、甲殻類、果物、ソバなどがあります。

食物アレルギーの診断には、病院で医師による診察や検査を受けます。病院に行く際には、アレルギー症状が出た日時、どんな症状が出たか、何を食べたか、疑わしい食品の種類や量、調理法、食べてから症状が出るまでの時間などを詳しく記録しておくことが参考になります。次に疑わしい食品に合わせた血液検査をします。更に食物経口負荷試験が確定診断に重要です。原因と考えられる食物を、少しずつ量を増やしながら食べてもらい、何をどれだけ食べたら症状が出るかを確かめます。この検査は、必ず病院で医師の監督下で行わなければなりません。

治療の原則は、原因となる食物を食べないことです。これにはいくつか段階があり、原因食物の完全除去、調理による低アレルゲン化、また代替食品の利用などがあります。生卵が食べられない子どもでも、加熱調理すれば食べられることがよくあります。また配膳や調理器具にも混入が無いように注意します。最近では、経口免疫療法が注目されています。原因となる食物を極少量から食べてもらい、数ヶ月から数年かけて量を増やし、耐性をつけていくものです。しかし経口免疫療法は、研究的な治療で有効性などの点でまだ一般には普及していません。

万が一、食物アレルギーを発症した場合、副腎皮質ステロイド薬の内服または注射、緊急性の高い重篤なアレルギー症状（アナフィラキシーショック）の場合は、ただちにエピペン（アドレナリンの注射キット）の皮下注射が必要です。「迷ったらエピペン」が鉄則です。不幸な事故から子どもたちを守るために、保護者と園と医療機関との情報の共有や連携が重要です。食物アレルギーの心配がある方は、園にご相談ください。