

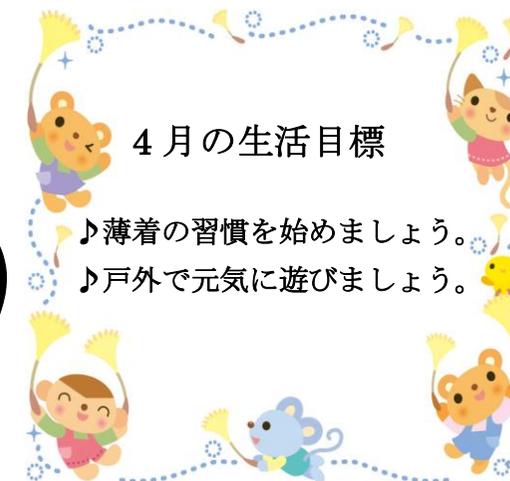
月	日	曜	実施グループ名	月	日	曜	実施グループ名
4	9	水	東与賀出前支援	6	17	火	ミックス (じゃがいも掘り)
	17	木	フリーデー		18	水	ミックス (じゃがいも掘り)
	18	金	フリーデー		23	月	フリーデー
	22	火	ミックス		24	火	フリーデー
	23	水	ミックス		26	木	育児講座 No.2
	30	水	シニアサロンぽぼら		27	金	シニアサロンぽぼら
5	14	水	東与賀出前支援	7	1	火	プレ・スクール
	15	木	ミックス		2	水	東与賀出前支援
	16	金	ミックス		3	木	なかよし①
	22	木	フリーデー		4	金	シニアサロンぽぼら
	23	金	フリーデー		7	月	なかよし②
	27	火	育児講座 No.1		8	火	プレ・スクール
	28	水	シニアサロンぽぼら		9	水	ミニ①
6	3	火	プレ・スクール	10	木	ミニ②	
	4	水	東与賀出前支援	14	月	ミックス	
	5	木	なかよし①	15	火	ミックス	
	6	金	なかよし②	17	木	フリーデー	
	10	火	プレ・スクール	18	金	フリーデー	
	12	木	ミニ①	24	木	若楠にこにこサークル (出前)	
	13	金	ミニ②	25	金	シニアサロンぽぼら	

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みます。(登録制)
5月10日から募集をします。
☆なかよしの一む・・・・・・・・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。
☆フリーデー・・・・・・・・・・・・・月1～2回実施
- 地域の方々に「さんこうぽぼら」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。
☆シニアサロンぽぼら・・・・・・・・月1回実施
- その他
☆親子クッキング (8月) ☆育児講座 (年3回)



永原学園地域子育て支援センター
さんこう・ぽぼらだより
2014年4月発行 第83号
認定こども園西九州大学附属 三光保育園
TEL:0952-31-6877



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。

平成26年度の開始にあたって

急に暖かくなり、ソメイヨシノが一斉に咲きほころびました。夜の多布施川沿道は幻想的な風景に包まれ、日本の春の素晴らしさを改めて感じる次第です。

さて、平成26年度が始まりました。昨年度もたくさんの方々にはぽぼらを御利用頂き、ますますやりがいを感じています。敷地内にはあすなろ棟という、3階建ての建物も完成し、水害や災害時には避難場所としても活用できるようにしました。園児達やここに集われる親子、地域の方々に少しでもお役にたてるよう、職員一同さらに研鑽を積んでいきたいと思えます。今年度も、どうぞよろしくお願ひ致します。

(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1回目の4月は、「紙芝居や絵本を楽しむ」です。

日時：4月22日(火)10:00～12:00

4月23日(水)10:00～12:00

場所：さんこう・ぽぼら

※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。

「フリーデー」にもどうぞ!

日時：4月17日(木)

4月18日(金)

10:00～12:00

13:00～16:00

お好きな時間にお出かけ下さい。

場所：さんこう・ぽぼら



「シニアサロンぽぼら」に遊びに来ませんか

地域子育て支援センター「さんこうぽぼら」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30日(水)10時から12時

場所：さんこう・ぽぼら

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

「イヤ」は成長のチャンス!?

—ピアノレッスンでの事例より—

西九州大学短期大学部幼児保育学科講師 中島 加奈

授乳から始まり、いつでもどこでもママと一緒にだった子どもは、安心感で満たされています。「ママが嬉しいとボクも嬉しい」「私が悲しいとママも悲しんでくれる」…まるで“一心同体”のような感覚を持っています。しかしやがて成長し、「ダメよ」と言われることが増えてくると「あれれ…?」。ママとボクの間には、考え方に差があることに気付き、自分とは違う“他者”の存在を自覚していくわけです。それはコミュニケーションの基盤であり、実は「イヤ」は立派な成長の証ともいえます。

小さい子のレッスン中「そこ、もう 1 回弾いて」と言うと、たまに「やーだ!」という声が返ってくる場合があります。しかしよく考えてみると「ダメ」「こうしなさい」という言葉だけではなかなか行動に移せないのは、大人も同じではないでしょうか。一方的な物言いでは、人の心を動かさません。そこで「じゃ、あと何回弾いたら成功すると思う? 3 回かな、5 回かな」と選択肢を与えると、「じゃ 3 回!」と自分で数を決め、こちらがびっくりするほど集中して弾いてくれます。自分で決めたことだと、小さい子でも責任感を持つのです。自分で考えることで、自立心も育ちます。時間のないママはつい「こらー!」と言いがちだと思いますが、「もしこれをしたら、どんないいことがあるかな」など、子ども自身に考えさせる問いかけができるような余裕を持ちたいものです。

他にも、楽譜が嫌いで鍵盤を自由に叩き続け、なかなかレッスンを始められない子もいます。その場合私はお客さんとなり、「あ、それはリスさんの足音かな」「強い風が吹いてきたねー」などと何気なく呟くと、それに合わせて一生懸命、即興演奏するのです。いつの間にか先生に主導権を握られているとも気付かず…(笑)。彼が満足した所を見計らい、「動物さん達も段々帰っていったね…あ、誰もいなくなった」と言うと、ピアノも静かに止みました。もし最初に「弾くのを止めて」と言っていたとしても、彼は聞く耳を持たなかったでしょう。遊びを通し、気持ちを切り替える時間を与えたことで、スムーズに次の行動へ移れたと言えます。

このようなやりとりは、日常においてもあてはまる場面があるのではないのでしょうか。「イヤ」という言葉が聞かれたら、“成長のチャンス”と考え、少し立ち止まる時間を作ってみて下さいね。

食育便り

「食物アレルギー ～注意すべきポイント～」

西九州大学健康福祉学部健康栄養学科 講師 三隅幸子

乳幼児期において食物アレルギーの主な原因食物である鶏卵、牛乳、小麦について注意すべきポイントをまとめてみました。（*食物アレルギーは、きちんと医師の診察を受けましょう）

🍷 不必要なものまで除去していませんか？

『鶏・卵』、『乳』、『麦』という字に惑わされて、除去しなくてよいものまで食べないようにしていませんか？ 医師に確認して、除去食品は最小限にしましょう。

鶏卵	「鶏肉」「魚卵（イクラなどの魚の卵）」は除去する必要はありません。 「卵殻カルシウム」も問題ありません。
牛乳	「乳化剤」「乳酸菌」「乳酸カルシウム」は、乳製品と誤解されやすいのですが、牛乳とは関係ありません。「全粉乳」「脱脂粉乳」「練乳」「乳酸菌飲料」「はっ酵乳」は牛乳が含まれるため、食べられません。
小麦	「麦芽糖」は、小麦とは関係がありません。 「大麦（麦茶の原料でもあります）」「ライ麦」「オートミール」なども除去する必要は基本的にありません。

🍷 除去した後、代替食品で栄養を補っていますか？

食物の除去ばかりをしていると栄養不足となり、成長の妨げになります。除去した食物の栄養を補える代替品を知っておきましょう。栄養士に相談することをお勧めします。

鶏卵	たんぱく質の供給源として鶏卵の代わりは、魚、肉、大豆製品の中から選びましょう。
牛乳	牛乳はカルシウムの供給源です。代替品として牛乳アレルギー用ミルク、煮干しなどの小魚類や青菜類、海藻、大豆製品などがあります。
小麦	主食はお米を中心に献立を考えます。市販の米粉パンには製造過程で小麦のグルテンを使う場合があり、このグルテンは小麦タンパク質であるため、米粉パンは「グルテンフリー」のものを選んでください。ご家庭で、小麦を使わずに米粉パンが焼けるホームベーカリー機もあります。

🍷 加熱すれば、原因食物でも食べられる？

鶏卵	加熱でアレルギーを起こす力が弱くなり、食べられるようになることもあります。十分に加熱されない、生卵や半熟卵、マヨネーズ、アイスクリーム、カスタードクリームには注意しましょう。
牛乳	牛乳・乳製品は、加熱や発酵をしてもアレルギーを起こす力はほとんど変わりません。
小麦	醤油は小麦のたんぱく質が完全に分解されているため食べても構いません。その他の原材料名に「小麦」と記載してあるものは食べないようにしましょう。

参考文献：厚生労働科学研究班『食物アレルギーの栄養指導の手引 2011』