

ぽこ・あ・ぽこ



Poco a Poco イタリア語で「少しずつ」という意味です。

第87号 平成20年6月1日 発行

発行者 社会福祉法人 神戸婦人同情会 子供の家
〒661-0974 兵庫県尼崎市若王寺3-16-3
tel 06-6491-8953 fax 06-6498-3444
支援センター (tel, fax) 06-6491-1811
E-mail (子供の家) info@kodomo-ie.org
(支援センター) candy@kodomo-ie.org
URL http://www.kodomo-ie.org

規則正しい生活

副主任児童指導員

松浦 武

雨に濡れた青葉が、色鮮やかに目に映る頃となりました。新年度が始まって二カ月が経ちましたが、いつものことながら、どこか慌ただしい日々を送っています。

ところで話は変わりますが、「眠育（みんいく）」という言葉をご存じでしょうか。私はつい最近の新聞で初めてこの言葉を知りました。近年、夜更かしをする子どもが増え、おりに伴って生活リズムが乱れることで、子どもの発達に様々な悪影響を及ぼすことが知られてきています。そこで、学校などで子どもが睡眠のメカニズムを理論的に理解することで、納得して生活改善を行えるのではないかとということから、眠育すなわち睡眠教育の研究が進んでいるそうです。

子どもに睡眠の大切さを伝えることはもちろん必要だと思っておりますが、最近「こんな時間に？」と思われる様な深夜に、大人が小さな子どもを連れてくることをよく見掛けないでしょうか。やはりまず大人が、特に乳幼児期の子どもの発達に睡眠リズムが大きな影響を及ぼすことを理解することが重要であると私は思います。

また「食育」という概念も、食育基本法の制定などを通じて世間に浸透してきています。眠育も含めて、基本的な「規則正しい生活」が子どもの健全な心身を育む基盤となり、その基盤がなければ、その後の長い人生の中で様々な影響が出てくることを大人側が理解し、子どもたちに伝えていくべきだと思います。

かくいう私は、まもなく三十二歳となるのですが、去年あたりから、特に勤務後に眠さや疲れを感じるようになっていきました。職業柄交代勤務で、宿直勤務や断続勤務もあり、規則正しい生活からはほど遠い生活を送っているのですが、仕方がないのかもしれませんが、決してその疲れが年齢的な衰えからであると自分では認めず、まだまだ若い気力で体力をカバーし日々の勤務に励んでいるところなんです。



バーベキュー

五月五日のこどもの日にGW恒例のバーベキューをしました。外で行う予定でしたが、あいにくの雨で中高生中心に食堂前にテントを張りみんなで場所のセッティングをして始めました。焼きたての炭で焼いたお肉や野菜をお腹いっぱい食べ、い

つもと違う食事の時間を楽しみました。



タッチラグビー 準優勝

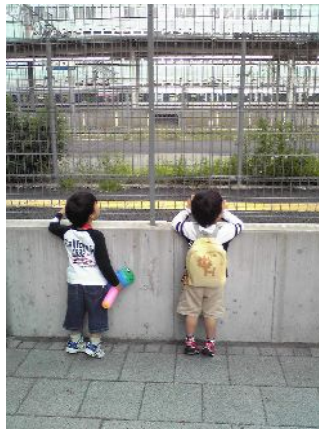
淡路佐野運動公園にて春季リーグタッチラグビー大会が開催されました。今大会は日程が高校生の試験期間と重なり主力が抜けての小中学生が中心のメンバー構成であり、予選リーグから厳しい戦いを強いられました。

しかし、持ち前のチームワークとガッツで予選リーグを勝ち上がり決勝進出を果たすことができました。決勝では逃げ切りに失敗と悔しい逆転負けをしましたが実りある大会になりました。次回こそはこの悔しさをバネに優勝できる様に頑張りたいと思います。



乗り物博士

今幼児室の男の子は乗り物に夢中です。いつも乗り物の絵本は取り合っていないです。本を見ては、「これは何の車？」と職員に名前を教えてもらおうという事を繰り返しているうちに、飛行機を見ればJALかANAかがすぐに分かり、道路を見てるとだいたい車の名前を言うことが出来るほどになりました。公園などへお出掛けに行ったりスカイパークに行くと、いつもたくさんの乗り物を見つけて帰ってきます。



自然体験クラブ設立

社会において地球環境についての関心が高まっており、今後社会生活を送る上で「地球環境」を考えるこ



とは避けて通れません。そこで子供の家では今年度から、様々な遊びや活動を通じて自然環境に関心を深めていこうと、自然体験クラブを設立しました。

さっそく花壇には日々草やマーガレットなどの花とひまわりの種を植えました。菜園にはトマトになすび、きゅうりにオクラにピーマンを植えました。子ども達も毎日園庭へ遊びに出る度に水やりをしたり今後の成長を楽しみにしています。



みんなでソーラン節

こいのぼりのつどいに向けて、毎日入浴前にホールに集まってソーラン節の練習をしています。難しい動きの踊りでしたがあつという間に覚えていきました。

練習が終わるとみんなが集まって感想や反省点、目標を言い合っています。本番が今から楽しみです。



野球観戦



五月十八日 招待で野球観戦矢野シートに子ども八人職員二人で甲子園まで野球観戦に行ってきました。

昼のデイゲームという事もあり甲子園球場は満席であり試合もとても盛り上がり 있었습니다。初めて観戦を楽しむ子どももおりゲームに夢中になっていました。試合の結果は負けてしまいましたが、「六甲おろしを歌いたかったな」といいながら帰ってきましたが、みんな楽しかったとても表情よく言っていました。

このような機会を与えて下さった阪神球団の方、ありがとうございます。

相撲大会優勝!

五月二十五日にサンシビック尼崎で行われた第八回わんぱく相撲大会に子供の家から四人の男の子が出場しました。その中の二年生の男の子二名が二位と四位に入賞し、四年生のF・Kくんが見事優勝しました。そこで早速、インタビューしてきました。

今の気持ちは？
F・K 「嬉しすぎる!!」
いつも練習をしていたのですか？
F・K 「時々、先生と練習

していました。」
全国大会の自信の程は？
F・K 「自信はないけど、頑張りたい!!!」

と力強く話してくれました。生き生きとした表情で喜びがよく伝わるインタビューとなりました。ぜひ、東京で行われる全国大会も頑張ってもらいたいです。

今月の寄付・寄贈者 (二十五日付け)

- ・寺嶋 浩世様 ・岩沢 登喜代様
- ・西宮友の会様 ・安井 梨紗様
- ・松野 香様 ・後藤 真佐美様
- ・塚口住宅地婦人会様
- ・大江 登喜代様
- ・株式会社 ジャイロウオーク 西田 雅彦様
- ・松下電器産業株式会社
- ・宣伝グループ企業宣伝チーム様
- ・ダッシュリセットセンター

☆本当にありがとうございます。

編集後記

五月はゴールデンウィークという長い休みもあり、それぞれに良い思い出、体験ができた月になったと思います。同時に気が緩みやすい時期ではあると思いますが怪我のない様、気を付けたいと思います。(O・M)