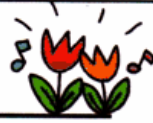




オリーブの実



2012. 春号

発行 児童家庭支援センター オリーブ 松戸市根木内 145

TEL 047-340-1151・1153

春は別れそして出会いの季節ですが、皆さまはどのような春を過ごされたでしょうか。オリーブでは大きな変化なく新年度を迎えることになりました。

しかし一つ是非お知らせしたいニューフェースが相談室に登場いたしました。「白い本棚」です。ここにはオリーブの実で紹介させていただいた本をはじめ、読んでいただきたい本が皆様をお持ちしています。

「お子さんが成長して字がすらすら読めるようになっても本をとおしての親と子の時間を大切にしていきたい」そんな願いからこのコーナーを設置しました。貸出もしています。皆様もご存じと思いますが、エリック・カールの「はらぺこあおむし」は小さなお子さんが初めて出会う絵本の1冊ではないでしょうか。小さなあおむしが月曜日のリンゴから出発し、毎日おいしい食べ物の散策をしていきます。土曜日にお腹が痛くなりますが、最後にはおおきなちょうになるという話です。さなぎになりやがて最後には両開きのページ一杯に描かれたちょうのページにくると、いつも決まって子どもは目を輝かします。読む大人の方も子どもの表情に吸い込まれ、やさしく幸せな気分になります。

こんな素晴らしい世界を提供してくれる絵本との時間を大切にしていきたいと思
います。センター長 富澤 和江

☎電話して つながるきずな 広がる支援 ☎

月・水・金・日	10:00～19:00
木	11:00～20:00

児童虐待・DV・子育て・子育て不安などの悩みを皆様と一緒に考えていくところです

☆相談は、無料です。相談についての秘密は厳守いたします

☆ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください

☆相談事業 電話相談・来所相談・訪問相談・心理カウンセリングなど

☆子どもからの相談をお受けします

松戸市根木内145 TEL 047-340-1151.1153



こころのはんもっく

👤 すぐに友達できると思ったのに・・・ 👤

期待と不安を抱きながらスタートした新しい生活から一ヶ月余りが経ちましたが、お子さんは元気に楽しんで学校や幼稚園に通っているのでしょうか。親が思っていたようには上手くはいかず、子どもから「友達ができない。」「けんかした。」などと言われたお母さんもいるのではないですか。そんな話をされたら親は心配になりますね。どうやって問題を解決しようか、親として何をしてあげられるのかと考えてしまうでしょう。

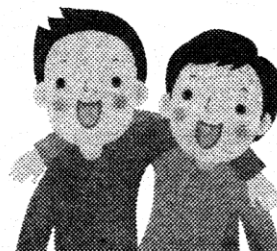
親は、心配のあまり問題について根掘り葉掘り聞きたくなりますが、子どもは親が求めるような答えができないことが多いかもしれません。親の心配は募るばかりですが、問題を解決することだけにとらわれず、一日の様子をゆっくり聞いたりしてみましよう。事実確認よりも子どもがそれをどう感じたか（主観的事実）を受け止めてあげたり、小さなことでも楽しかったこと良かったことを親子で共有するような関わりが功を奏するかもしれません。直接的な話ではなく、家族でスキンシップをしたり、お子さんの良いところ、好きなところなどを話題にしたり・・・、親子で楽しい時間を過ごすことが、お子さんの勇気や元気の源になるのではないかと思います。

学校や幼稚園は、人間関係の練習の場ですから失敗はつきものです。それは仲直りの方法を学ぶ機会となり、自分や他人についての理解を深める機会ともなります。友達とのトラブルを繰り返しながら、自分を受け入れてもらう方法や他人を受け入れる方法を学んでいければと思います。

新学期のように環境が変化する場面というのは、人生の中で繰り返し繰り返し起こります。子どもの頃にこのような経験をたくさんすることが、対人関係のスキルの向上につながるのではないのでしょうか。

*子育てが上手くいかないと感じられたら、お母さん一人で抱え込まずお気軽にご相談下さい。
一緒に考えていきましょう。*

(心理相談員 齋藤祐子)





自然の中に出かけてみよう！



♪江戸川へ

お休みに江戸川にでも行ってみませんか？少し遠くなりますが、斜めの土手をバランスを取りながら、歩いたり走ったりして転んだり、土手の上から下まで草の上をコロコロと転がって自然を体で感じてみたりしてはどうでしょう。名もない野の草花に目を留めるのもいいでしょう！自然の中では他にもいろいろな体験ができると思います。

遊びに疲れたら、矢切の渡しで柴又へでも行ってみるのも良いかもしれません？5月からは、松戸駅から「土、日、休日」に限ってですが、船着き場まで京成バスが運行されます。

♪21世紀の森と広場



広い原っぱをみんなで鬼ごっこ！疲れたら芝生の上で大の字になって、空に浮かぶ雲が何に見えるか、みんなで「あつてっこ」してみませんか？お腹がすいたら「おにぎり」を。

お腹がすけばこれだけで十分！（おかずは美味しい空気をいっぱい味わってください）

帰りに「21世紀の森と広場」にある「見て・触れて・体全体で感じる」を基本コンセプトにした感動体験の[市立博物館]に寄ってみることもお勧めです。

(松戸市千駄堀 269 ☎047-346-0121)



♪第3回 地域講座予告♪

「心の通い合う親子のコミュニケーション」

～子どもの心を開く聞き方、子どもの心に届く話し方～

日時：平成24年 9月23日（日） 午後13：30～16：30

講師：白石仁美先生

「親業訓練」「教師学」シニアインストラクター、千葉県スクールアドバイザー、元上智大学大学院非常勤講師、知的障害者施設、高齢者施設スーパーバイザー、カウンセラー心理劇学会、上智人間学会会員、ロールプレイング研究会理事

場所：ゆうまつど 参加費： 無料

♪詳しくは次号の“オリーブの実”あるいはチラシにて・・・♪





子どもの遊びと脳について

人間らしく生きるために大切と言われる前頭葉の働きや機能とはどのようなものなのでしょうか？

前頭葉にある前頭前野は、人間の人格・人間性と深い関係があると言われ、人間の心そのものとも言えます。前頭前野の働きは「考える」「計画を立てる」「判断する」「創造する」「意欲を持つ」「恋愛する」「反社会的な行動を抑制する」などが挙げられます。創造性や理性の源でもあると同時に、抑制命令を出すのが脳の前頭前野です。

子どもの脳は生まれた時から成長発達しているそうです。

前頭前野を育てるには、「五感を使って遊ぶ」「バーチャルではなく本物を見て体験する」「言葉を発達させる」「全身を動かして遊ぶ」など出来るだけ小さいうちから楽しんで経験することが重要だそうです。前頭葉は、「がまんしたり、褒められたりすること」でも鍛えられます。

○じゃれつき遊びが前頭葉を育てる

「じゃれつき遊び」とは、子どもたちが体をくすぐり合ったり、持ち上げたり、取っ組み合うなど、からだを使う遊びです。子どもたちがこの遊びをしている時には、子どもの「目がキラリと光る」そうです。この『目がキラリと光る』というのは、前頭葉が活発に活動しているときの現象なのだそうです。前頭葉の働きには大きく分けて「興奮」と「抑制」の二つがあり、大人と子供・子ども同士で十分に「興奮」しながら遊びこむことで子どもの「抑制」の力は育っていきます。「いい子」になるために抑制を強いるのではなく、乳児期以降のあやし遊び、スキンシップ、じゃれあい、取っ組み合いといった身体接触をともなう遊びをたっぷりと経験することが前頭葉を育てることになるのだと思います。

ぜひ興奮と抑制と一緒に体験できるじゃれつき遊びを思いっきりしてみてくださいね。じゃれつき遊びに限らず、子どもたちが、目をきらっとさせるような遊びをどんどんやらせてあげることが大事ということのようです。

○自然の中での体験が前頭葉を育てる

お休みの日はテレビやビデオ？それともゲーム？

テレビやビデオのような一方通行の刺激だけの世界は、相手とのコミュニケーションが取れなかったり、ゲームを長い時間する子どもは前頭前野の活動が著しく低下し、集中力がない、キレやすい性格につながる恐れがあるそうです。見たこと聞いたことなどインプットするだけではダメで、自分のもっているデータを整理構成して、実際に表現・行動するアウトプットが、前頭葉を活発にすることにつながるようです。

自然の中ではいろいろな体験ができます。五感を使って全身を動かし自然の中で遊ぶことは、脳の成長以外にも身体の成長にも欠かせない体験でもあります。お休みの日には、お散歩など自然のあるところに出かけて思いっきり体を動かして遊んでみるのも良いかもしれませんね。