



# 子育て通信

あのね!

朝顔の種をひと粒つまんだ男の子。「何でこれが朝顔になんか?」数日後、芽が出ているのを見つけて「わあ〜芽が出た!何色の花が咲くのかなあ?」



年長さんのかっこいいカラーガードで元氣よく入場したよ

みなみ保育園の「わくわくフェスタ」(運動会)は、勤労者体育センターで5歳児のフラッグが並ぶ入場から始まりました。

## おやこの森が子育て相談

電話や面談のほか訪問相談もお受けいたします



旭小学校前  
おやこの森  
☎33-0204  
午前7時~午後6時

恒富保育所  
子育て支援室  
☎22-9470  
午前8時半~午後5時

日・祝日はお休みです

## おはこくを親子で読めよう

くみて

作:田中達也

出版:福音館書店

●絵本紹介:「まほうのつえ」の野田一穂さん

NHKドラマ「ひよっこ」のタイトルバックを作成したミニチュア写真家の田中さんの「組み立て」と「見立て」の写真絵本。ミニチュア人形の作業員が分解された日用品を使って作り出すものは?親子で発見を楽しめる絵本です。



母も姉も幼児教育に携わる保育士一家です。

緑ヶ丘保育園 保育士  
3歳児担当 横山 莉莉香さん

宮崎の学校を卒業し、自分が卒園した緑ヶ丘保育園に就職して2年目になります。子どもたちの気持ちに共感しながら、「保育園が楽しい」と思えるような保育を日々心がけています。

毎日、子どもたちの笑顔を身近で見ることができ、また、成長に関われることが、とても嬉しいです。

## おやこの森 サークル紹介

参加してみませんか!  
「楽しい子育てしてまあか?」  
が延岡あこやが子育て支援の  
合い言葉です。

## アレルギーについて お話しませんか(当事者の会)

アレルギーに関する悩みや相談、情報交換を行っています。ご家族にアレルギーの方がいらっしゃる方はお気軽にご参加ください。  
毎月第4月曜日 10:00~12:00  
問合せ先/おやこの森(☎33-0204)



## 子どもの成長に心地よさを! (中編)

おやこの森  
病児保育専門士・看護師  
原文子さん

赤ちゃんは、例えば突然大きな音がするとビクンと両手を広げて飛び上がり目をまるくして数秒後に泣きだします。この時、親や保育者に抱きかかえられて「びっくりしたね。怖かったね。もう大丈夫だよ」と優しくなでられ、ぎゅっと抱きしめてもらうことで安心して守ってもらったことを認識します。このようなことが繰り返されることで「安心」を獲得します。

逆に近くに誰もいなかったため気持ちを受け止めてもらえないと「不安」を獲得し、危機を感じてありったけの大きな声で泣いて周りに知らせます。大人が駆け寄り「不安だったね。もう大丈夫だよ。」と抱きしめて優しく声をかけると「安心」へと変換されます。こうやって日常の些細な出来事が成長へとつながっていきます。

発達には個人差がありますので前後して発達が見られることもあれば飛び越して発達することもあります。育児書通りの発達でないといけないというのではなく、どのような順序で発達が行われるのかを参考に見守って頂けたらと思います。

安心して過ごせる心地よい環境。それは、不安を優しく受け止め安心に変えてくれる大人がいるところです。心の安全基地と呼ばれるこの場所を起点として少しずつ外の世界を探索し、不安になったり疲れると戻ってきて心身の充電をします。不安になった時に「愛着」が形成された大人に安心を求めて抱っこや後追いをするのはその人を物理的な安全基地と認識している証です。そして「この人はいつも自分を守ってくれる存在」と強く確信できるようになり、そばにいないくても心の中で安心できるようになったときにその人が心の安全基地となります。これがおおむね3歳ごろです。

## 家庭でもどうぞ 愛情レシピ 保育園のおかず

<1人分>

- ・鶏もも肉 40g
- ・にんにく 0.1g
- ・塩こしょう 0.1g
- ・レモン 1g
- ・薄口しょうゆ 1.5g

## 鶏肉のレモン焼き

<作り方>

- ①鶏肉に、にんにくのすりおろし、塩こしょう、レモン汁、レモンのスライス、薄口しょうゆに漬け込む。
- ②焼く。(オーブン・フライパン等)レモンのスライスも一緒に焼くとより風味が増します。