

# めだかくらぶ



## 先月のめだかくらぶ

文責 端 晶子

「水と仲良し しゃぼん玉あそび」というテーマだった8月。7家庭の参加があり、テラスで水遊びとしゃぼん玉をして遊びました。丸い大きな氷を触ってみたり、大きなしゃぼん玉を眺めたり、追いかけたりと保護者の皆さんと子どもたちの笑顔がたくさん見られました。8月生まれの誕生会もおこない、飛び入りで年長クラスの子どもたちが質問してくれました。



## 「めだかくらぶ」開催中

豊玉保育園では月曜日から金曜日の平日毎日、地域の親子の方々が園庭や保育室などで遊べる「めだかくらぶ」を行っています。時間は10時から11時30分までです。事前の申し込みはいりません。気軽に遊びにきてください！月に1回のお楽しみプログラムもあります。

9月は・・・9月13日(金)

「楽しい十五夜」・9月生まれの誕生会  
\*お楽しみプログラムも予約はいりません。



## 備えあれば憂いなし！

大きな地震はいつ来てもおかしくないとされています。怖いとばかり言うてはいられず、やはり日頃の備えが大事です。備えはしっかりしておきましょう！！

### 水

飲料水は1人3ℓが目安。断水すると手を洗うことも困難になります。ウェットティッシュや消毒液、衛生手袋なども備えましょう。

### 食料

- 缶詰やレトルト食品以外にも米や高野豆腐、などの乾物や普段食べているものを多く買って更新（ローリングストック）して備えましょう。
- 育児用ミルク（液体ミルクやスティックタイプ の粉ミルクなど）やベビーフードを紙コップやスプーンと共に備蓄しましょう。

### 家族で話しておこう

避難する場所や経路、連絡方法を共有しておきましょう。災害用伝言ダイヤル「171」の使い方をもみんなが知っておきましょう。

### トイレ

簡易トイレは1人1日5回が目安です。

### 燃料

卓上カセットコンロや固形燃料、予備のガスボンベも備えましょう。

### 停電時

- 懐中電灯、スマートフォンのバッテリー。家電にも使用できるポータブル電源があると効果的
- 携帯ラジオ（臨時災害放送局 77.1MHz）

### コミュニティを大切に

いざという時は隣近所や地域の助け合いがかかせません。日頃から顔の見える関係を作っておきましょう。

## ちょこっとコラム

幼児クラスの担任をしている時、子どもたちの会話の中で「○○くんがごめんねって言わない」「ごめんねって言わないから許さない」という言葉が聞こえてきたり、怒りながら「ごめんね」相手も強い口調で「いいよ」と吐き捨てる言葉を聞き、それでいいの？と釈然としないことがあります。精神科医の佐々木正美先生の著書にあった一部をお伝えします。



「ありがとう」と「ごめんね」は親が大切にすべき言葉です。

「ありがとう」と「ごめんね」という二つの言葉は、人と人との関係を築いていくために欠かせない言葉です。こういう言葉が自然に出てくる子どもに育てたいと思わないお母さんはいないことでしょう。

しかし、「ありがとう」と「ごめんね」を簡単には言えない人は、大人でも少なくないのです。実際、「言わせたい」と思っているお母さん自身、日常生活の中でほとんど言っていないという人もいます。

「ごめんね」は相手に対する信頼感がなければ言えません。許してもらえないかもしれないという不安があれば、人はそうそう謝れないものです。「ありがとう」も人から言われた経験がほとんどなければ、口から出てきません。「ごめんね」「ありがとう」の両方を知らないお母さんはいない。

特に子どもが失敗したとき、むりやり「ごめんね」と言わせようとなんばってはいけません。子どもの心に「ごめんね」という言葉を口にする屈辱感が残り、ますます言えなくなるからです。

それよりも、夫婦の間で「ありがとう」「ごめんね」が自然に出てくるかどうかをぜひ見直してみてください。食事時にしようゆをとってもらったり、おかわりをよそってもらったときに「ありがとう」と言っているかどうか。ご夫婦の間でそんな言葉がどれだけ交わされているかが大切なのです。

子どもに対しても同じです。何かを頼んだり、子どもとの約束を守れなかったりしたとき、子どもに「ありがとう」「ごめんね」と言ってもらってください。「ありがとう」と言える場面がないという人は、わざわざ頼む仕事を考えてでも「ありがとう」と言うようにしてください。「ごめんね」といね」と言う場面は、探すというよりもあります。

大人が意識して「ありがとう」「ごめんね」を子どもに言うてあげると、その言葉が持つ感謝の気持ちや、すまなかったといった感情が子どもの心に伝わってきます。自分でも使おうと思うようになるのです。まずは大人から、ですよ。



「ママの心がふわりと軽くなる子育てサプリ」  
主婦の友社 佐々木正美×松本ふりつ 著

近くにいる大人が、正しく気持ちを表す言葉を使うこと、気持ちを言葉で表すことを日々心掛けたいですね。