

明日にむかって

発行/社会福祉法人 陽光会 陽光保育園 編集/陽光保育園「明日にむかって」編集委員会
発行日/2003年12月20日 住所/東京都板橋区大谷口上町23-1 ☎03(3956)1068

43号

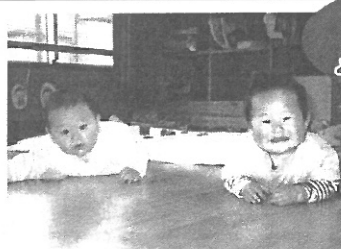
今、東京都は保育制度を根底から切り崩しかかっています。これまで東京都は、低い国基準を補うために独自の人員費補助が重要として、職員の平均経験年数に応じて人員費補助を行ってきました。この制度は、経験豊かな職員を安定して雇用することで、質の高い保育士集団を形成する役割を果たし、東京という環境の中でも子どもの権利を最優先に考える保育をすることができる、財政的な「要」です。しかし、今回の「切り崩し」では「職員の給与は国基準の中で確保されている」「一定割合のコア人材がいれば、あとは1年、2年しかいらなくてもいい」と、職員の経験年数は一切加味しない案になっているのです。まさに保育園職員の大幅な削減政策です。これでは子どもたちの発達保障ができなくなるどころか、命さえ守ることができません。父母が安心して預けられる保育園を守り発展させるために、経験年数が加味される制度にしなければなりません。(T・R)

陽光保育園の

生活と保育

陽光保育園は、「児童憲章」の精神に基づき、家庭で保育できない保護者にかわって産休明けから就学前までの児童を保育しています。保育園の主人公は子どもたちです。一人一人の子どもを科学的にとらえ、その子の可能性を信じて父母と協力して保育をしていくことが目標です。子どもたちから深く学び、父母や地域の保育要求を正しくとらえ、ともに育ちあうことを大切に仕事を進めています。

0歳 どんぐり組



お母さんのお腹で守られてきた赤ちゃんが、見る、聞く、触れる、味わう、嗅ぐといった五感を培い、外の世界を広げていくこの時期は、発達の土台を築く大切な時期です。初めて子育てをする父母が安心して子どもを保育園に預けられるよう配慮し、父母と協力しながら保育をすすめていきます。

機嫌がよいときはうつぶせでも遊びます。両肘で支えることができ、外の世界へと働きかけていきます。



目覚めているときは、豊かな生活ができるように、お散歩にも出かけます。

1歳 めだか組



右：大好きな水遊び。水道の蛇口から出てくる水をつかもうとします。
下：絵本が大好き。保育士の語りや耳を澄ませ、目も輝く。

右：大好きな水遊び。水道の蛇口から出てくる水をつかもうとします。
下：絵本が大好き。保育士の語りや耳を澄ませ、目も輝く。



2歳 あひる組



右：高いところへの挑戦が始まります。友達「わたしも」と続きます。
下：大好きな友達と砂遊び。

話し言葉も増え、何でも自分でやりたがる時期です。「ジブンで」の時代から「マッテ」「ジュンバン」「コンドネ」という言葉を媒介に活動します。大人の意見を押しつけない、必要最低限の言葉かけをして、子どもにも考える余裕を与えるように心がけます。

4歳 うさぎ組

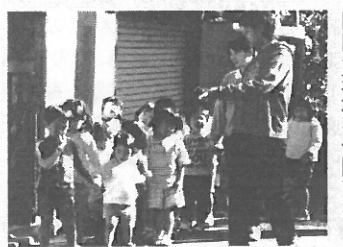


みんなで作った「じゃがいも」を掘り当て、「やったね!」と大喜び。

楽しいことがあると絵で表現するのも楽しい。

仲間とともに遊ぶ内容が勢いよく発展する時代です。そのなかで友達との関係もでき、自分中心の世界から、相手の痛みや悲しみ、喜びなどがわかるようになり、友達のことも考えて行動できるようになります。そして、ちょっと難しいことでも仲間となら頑張るようになり、仲間とコミュニケーションをとり協力し合えるようになり、仲間を援助していきます。

3歳 とんぼ組



上：友達と一緒に手遊びするのが楽しい。
下：「自分たちも、お兄さんみたいに小さい子を連れていける」と2歳児を連れての散歩もできるようになります。

友達や年上の子の活動に憧れ、「自分でもやってみよう」と「自分でもやれる」と強く思い、友達とのぶつかりが増える一方で、泣いたり笑ったりして友達関係が深まっています。第一次反抗期といわれ自分への思いを主張しますが、自分でなしとげ、納得すると、自信がでて、さらに活動範囲を広げていきます。子どもたちの遊びや経験を豊かにするのと同じように、一人一人の思いや主張を認め、やりきるための時間や環境を保障するように心がけます。

5歳 かもしか組



上：ホールのお掃除は、年長さんの仕事。
左：「こうやって飛ばんだよ!」と4歳児に縄とびを教えます。縄は自分たちで布を三つ編みにして作ったものです。

迎える力、聞く力、教える力、見ようとする力、あるいは「なにくそ!」といった自己教育力など、新しい力を生み出すことによって、より複雑な内容を理解し、ちょっと難しい課題にも意欲的に取り組む時代です。自らの考えで行動する主体的な子、友達と力を合わせることが出来る子に育つように働きかけます。

会長就任にあたって

◆参加してよかったと思われる活動を
「子縁」という言葉を最近目にしました。地縁・血縁に替わり、子を通じての人間関係の形成を示す言葉です。陽光保育園後援会はまさに子育ての縁で結びついた集まりです。
子育て十五年、泣いても笑っても、高校生になれば大人です。親はそう思わなくても、子はそう思っています。一番大変で大切なのは小学校に上がるまで。陽光で子育てできたことを喜ぼう。でも、それが心底わかるのは卒業してからなのです。後援会も同じ。卒業して何年か経って、後援会で聞いたこんな一言、あの経験があったら、後援会に参加してよかったと思えるものがあると思います。それによいのです。なにかの折に、後援会に参加してよかったと思える活動をしたと思います。

◆陽光保育園とともにゆとりづくり子育てを

陽光保育園父母の会長 佐藤 美砂

少子化といわれるなか、ありがたいことに子宝に恵まれ、三人の子どもの母です。そして陽光保育園に子どもを預けるようになって八年目を迎えました。八年という、ベテランのお母さんと思われがちですが、子育ての道はなかなか極めることができません。

陽光保育園は子どものことを一番に考えてくれる保育園です。子どものためにこうしよう、こうしてくださいね、と保育士さんたちに言われることがよくあります。親としてはそれに応え、「よっしゃ、子どものためなら」と一生懸命やろうとしますが、なかなか難しいこともあります。そんな経験は私だけではないと思います。困ったときはいつでも保育士さんか父母の誰かに相談してもらえればと思います。すぐには解決方法が見つからないかもしれないけれど、みんな一緒に考えれば、私と一緒に考えていきたいと思います。どんな小さなことでも話し合えるところが陽光保育園のよいところの一つだと思います。

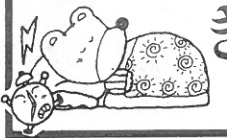
2004(平成16)年度◎園児募集

	定員	在籍	募集
5歳児	18	17	1
4歳児	18	15	3
3歳児	15	12	3
2歳児	12	10	2
1歳児	10	6	4
0歳児	6	0	6
計	79人	60人	19人

*入園のお申し込み・お問合せは、
板橋区児童女性部保育課まで。
*第1次申し込み受け期間
2003年10月31日～2004年1月7日
*第1次入園内定発表 2004年2月27日

ヒトが人間になるとき

その7 睡眠について



乳幼児期は「よく食べ・よく遊び・よく眠る」が大切な3原則といわれていますが、よく眠るリズムは乳幼児期に形成されるものです。しかし、昨今夜型になってきた子どもの睡眠リズムは崩れてきています。乳幼児の睡眠リズムの大切さを看護師に語ってもらいました。「早寝早起きは三文の徳」は今でも立派に金言なのです。

太古から睡眠のしくみとして、人間は朝日とともに目覚めて活動し、夜には眠るといった長い歴史を築いてきました。ちよつとした物音でも目が覚めてしまったりするのは、人間本来の睡眠中に緊急事態が起きた場合の反応で、生きていく上で大切な能力でした。睡眠はもととたいへんデリケートなもので、何かあれば目を覚ましたり、眠れなかつたりするのは当然のことなのです。しかし、例えば、心配事によって不眠に陥るようになると、人生の問題が睡眠にもおよ

ぶ場合もあります。言い換えれば、昼間の生活をどのように過ごすかで睡眠の質も決まってくるといういいでしょう。生まれたての赤ちゃんは、おっぱいを飲んでいるとき以外はほとんど眠っています。そのかわり夜も数時間おきに目覚めます。まだ昼と夜の区別ができていない状態です。これが生後3カ月くらいまで続き、しだいに日中起きていて時間が増えて、夜にたくさん寝てくれるようになります。だいたい6カ月を過ぎるころには、2〜3回の昼寝

「断ち切る」、遅寝遅起きの悪循環
足立さゆり（2歳児クラス・妻の母）
陽光保育園の懇談会で、「何か心配なことはありませんか？」と聞かれるたびに、「なかなか寝ないので困ります」と答えていた。

「夜」寝ない↓（朝）起きない↓（朝）食べない」の悪循環。早寝できればすべて決まってしまう。我が家の生活リズムでは、これがなかなかできない。夜更かしさせるのは簡単だが、早寝させるのは大変なのだ。子どもにだけ早く寝ると言ってもそれは無理。親も子も一丸となって早寝するための努力が必要なのである。



保育園でのお昼寝風景。たっぷり遊んでぐっすり眠ります（写真は1歳児）

帰宅後二〜三時間で「はい、夕飯！はい、風呂！はい、布団に入って！」と一気にスケジュールをこなさなければならぬ。やっとな布団に入る。早く寝かせなくちゃ。ここからもうひと踏ん張り。部屋を暗くする。布団に入る。添い寝してある私に笑顔で話しかけてくる。母親がそばにいるからダメなのか、と思いつつ、「ビューッ」と泣いて追いかけてくる。……どうすりゃいいんだ……二時間も添い寝につきあわされることもある。暗闇なかでひたすら子どもの隣で横たわる。ヘタすりゃ親が先に寝てしまつたりもする。しかしこれはできるなら避けたい。もお、早く寝てくれ、である。

各家庭それぞれの勤務形態や生活リズムがあるのだから、夜更かしを常習としてしまうのは、多少時間の融通がきく保育園児と違って、朝八時半から脳みそを使つてみっちり勉強しなければならぬ小学生になってからは、子ども自身が大変そうなのだ。今からの（早起きの）生活習慣は大切なんだ、と小学生になった長男を見て気づいた。そして早寝早起きの習慣は一朝一夕には身につかないことも。これは、親の責任だらうな……。

そういうわけで、明日も頑張つて早く寝かそうつと。

暗くする。背中トントン基本として、保育園と同じ子守唄を歌う。ここまでやつても寝る気配ナシ。今度は「鬼が来るぞ」「オオカミが来るぞ」と脅してみる。逆効果。怖がつて寝ない。保育園の昼寝のように、ストンと眠りに入らない。添い寝している私に笑顔で話しかけてくる。母親がそばにいるからダメなのか、と思いつつ、「ビューッ」と泣いて追いかけてくる。……どうすりゃいいんだ……二時間も添い寝につきあわされることもある。暗闇なかでひたすら子どもの隣で横たわる。ヘタすりゃ親が先に寝てしまつたりもする。しかしこれはできるなら避けたい。もお、早く寝てくれ、である。

すむようになるのが一般的です。ただし、この昼と夜のリズムの変化の仕方は、相当個人差があるものです。1歳近いのに、夜中に2回も3回も起きてお母さんを悩ませる子や、3〜4カ月でもう夜はしっかり眠ってくれる子もいます。

ちなみに睡眠時間を参考までにあげておくと、乳児期12〜16時間、幼児期10〜14時間、学童期9〜11時間、思春期7〜9時間、成人7〜8時間、このくらいが目安でしょう。子どもの体は正直なので、そうそう寝不足のままではいられません。短いように見える場合も、睡眠の深さで補っているのです。日中活発に活動しているようなら、あまり時間にこだわる必要はありません。

近年、夜でも光があふれ睡眠リズムを乱しやすくなっています。遅くまで起きている子どもが増え、大人もまた不眠に悩む人が増えています。東京医科歯科大学の神山潤先生は「現代の日本の子どもたちは慢性的に睡眠不足を訴えている」と警鐘を鳴らしています。夜遅くまでの塾通い、テレビやゲーム、家族が寝るのが遅いから起きる、などがその理由です。親が早く気づいて生活を改善していく努力が必要です。

平成13年度に東京都福祉協議会保育士会の保健部会で、0〜2歳児の保護者を対象にアンケートを行ったのですが、そのなかで気になったのは延長保育（朝7時から、夜は18時以降まで）を受けている子どもも多くが夜間の睡眠時間が短く、平均8時間45分くらいだったことです。

夜早く寝る子ほど成長ホルモンの分泌量は多くなります。本来人間が持っている夜眠り、昼間活動するという自然の流れにそつて子育てしていくことが、明日への活力・英知となるのです。子どもに十分な睡眠をとらせるためには、やはり親の努力が必要なのです。（看護師 富田 緑子）

「すべての子どもが豊かに育ちあう保育を—保育制度改悪を許さない11・16大集会」（11月16日、日比谷野外音楽堂）に陽光保育園からも父母、職員、理事が参加し、高田園長が東京都の保育制度を守る訴えをしました



「すべての子どもが豊かに育ちあう保育を—保育制度改悪を許さない11・16大集会」（11月16日、日比谷野外音楽堂）に陽光保育園からも父母、職員、理事が参加し、高田園長が東京都の保育制度を守る訴えをしました



頑固で頑張り屋の息子と私

私が陽光保育園を知って、七年という月日がたちました。今では青柳家にとつてなくてはならない存在となった陽光保育園ですが、はじめて陽光保育園を訪れたときは、なんでこんなところに保育園が……と、かなり不安でドキドキでした。

小学四年生の長男の湧樹が三年間お世話になり、かなり子どもの世話ができるようになったなと思つていました。次男の聖也が入園した三年前は仕事の異動があつてなかなか保育園に顔を出す機会がなくなり、何もわからない聖也父になつてしまいました。

それでもやっぱり聖也が可愛くて、最近はまだ保育園に送っていくようになりませんでした。保育園に行く、今日は何して遊ぶんだらうか、怪我はないだろうかなどと気になる話ばかりで、自分が帰らなくなつてしまっています。

とまあ自分の話はさておき、聖也は誰に似たのが頑固者です。小さいときから泣くときは陰に隠れて泣き、顔を見せませんでした。最近、自転車の練習がしたいというので、休みの日に交通公園に連れていったときのことです。なかなか自転車を乗ろうとしないので、なんでだろうと思つて聞いてみると、自分が乗りたい自転車は他の子どもに借りられてしまつていて、「ほかの自転車で練習すれば」と言つても、乗ろうとはしません。そして、いざ乗りたい自転車が空くと、自分でこげるようになるまでずっと練習していました。私は心の中で「頑張り聖也、がんばれろっ！」と応援していました。それにしても、あまりにも気合を入れて練習しているの聞いてみると、かもしか組（5歳児）でもう二〜三人が自転車に乗れるようになってきているとのこと。頑固なうえ負けず嫌いで、頑張り屋でもある聖也です。

聖也はまた、下の子の面倒見がよく、まだ一歳の三男の大きに「えいや」と言われて照れる聖也がまたまた可愛いです。これから、息子たちを応援していきたいです。（5歳児クラス・聖也の父 青柳 利之）

軍国少年への道

—軍国主義教育の危険—

シリーズ 戦争と私

佐藤 功（埼玉県在住）

小学校（国民学校）の3年生で戦争が始まり、中学1年生の夏に終戦を迎えた私たちは、まさに軍国主義教育を幼少時代から徹底的に仕込まれた年代だったといえる。

当時のことを振り返りながら、「教育」の影響力の強さと、人間をどうにでも変えてしまう恐ろしさを改めて痛感せざるをえない。

第一は（あるいはすべてかもしれないが）、お国のため、天皇のため、自分の命を捧げることこそが人間としての最高の道徳である、という価値観の徹底である。そのためには、歴代天皇の暗記、天皇神話、毎日繰り返される教育勅語の斉唱と先生の解説、そして、天皇は神である、天皇の支配する日本は神の国であるから絶対に戦争に負けるはずがない、というマインドコントロール。

第二は、それらの説を実証し説得するための数々の実例を各教科、特に修身と国語等の授業を通しての解説が繰り返される。「天皇陛下はんざい」と言つて国のために命をなくした軍神たちの輝かしい生涯……数えあげたらきりがなほど、毎日つめ込まれる。

その挙げ句、戦争は必ず勝つ、そのために命を捨てることは素晴らしい、死ねば軍神として靖国神社にまつられる、戦争反対とか国の命令に従わないやつは「非国民」だという通念が子ども心にも定着させられる。

私は宮城県田舎町の田舎町に住んでいたから直接的な空襲の被害等は受けなかったが、教え込まれた内容そのままに、「戦う少国民」として「欲しがりません勝つまでは」という生活を強いられた。小学校6年生で少年航空兵を志願させられたし（幸い不合格だった）、中学1年になってからは、陸軍幼年学校を受験するために灯火管制下での猛勉強を強いられた。8月末の試験だったが、8月15日に終戦になって難をのがれた。

一切の疑念ももたず戦争を賛美するような少年時代を過ごしたことに教育の持つ力の影響力の強さを実感する。後日、自分が小学校教師として子どもたちの前に立つたとき、人間として生きること、平和かいかにか大切であるかを伝えていかなければならないと決心したことを思い出す。いま、私たちが受けた教育が再び行われようとしていることに全力をあげて反対していきたい。

- ### ごあんない
- ◆陽光保育園卒園式
とき 2004年3月20日(出)
 - 場 所 陽光保育園ホール
 - ◆バザーのご協力
ありがとうございました
 - 12月7日(日)、冬のバザーも無事終了しました。今回もおかげさまで売上げはほぼ目標を達成することができました。心からお礼申し上げます。
 - ◆父母の会・後援会新年交流会
とき 04年1月31日(出) 19時
 - 場 所 陽光保育園ホール
 - *一品持寄り。飲物は後援会で用意します。皆様の参加をお待ちしています。
 - ◆父母の会学習会
「たのしく子育てするツボ」
講師 清水玲子さん
とき 04年1月24日(出) 19時
 - 場 所 陽光保育園ホール
 - *保育園に子どもを預けながら子育て中の父母の方、不安なこと、心配なこと、たくさんあるかと思つています。清水さんのお話には、さまざま問題を解決する糸口がたくさんありそうです。どうぞ誘い合わせてご参加ください。