

明日にむかって

発行 社会福祉法人陽光会 編集「明日にむかって」編集委員会 発行日 2011年12月10日
住所 東京都板橋区大谷口上町23-1 ☎03(3956)1068

66号

陽光保育園では毎週金曜日にお豆腐屋さんやっています。「NPO 法人はらから東京の会/とうふ工房・大谷口の家」(共同作業所)の職員と利用者(障害者)の方たちです。商品はとっても美味しい「あおばた豆腐」をはじめ、豆乳や湯葉、おからパンなど豊富です。板橋区から出ていた子どもたちへの年末プレゼント代が廃止され、陽光会後援会がその費用を捻出するために財政活動として始めたのがきっかけです。現在、その豆腐販売の還元金は保育園に寄付していただき、年末に年長児へコマを贈ります。子どもたちは大勢の人の心が集まったコマを回して卒園期に大きく成長します。はらからの皆さんありがとうございます。今年大変うれしかったのは、この「はらから」のメンバーに卒園児のMちゃんが増えたことです。働くことは生きがいになります。「はらから」のように、障害があっても働くことを大事にし、自立に向けた取り組みをする場が増えていくことを願ってやみません。(H・T)

地域共育講座

陽光保育園・陽光保育園父母の会共催

食育で楽しく子育て 子どもが伸びる



11月11日、陽光保育園ホールで地域共育講座を開催しました。地域共育講座は、子どもごとをテーマに子育て中の父母のみならず地域の方々とともに、みんなで育ちあいましようという企画のもと、年に1回開催しています。今回は、子ども時代の食の大切さを多くの人に伝えることをライフワークとする食の専門家・小川雄二先生をお招きして、子どもの食生活や食育についてお話をうかがいました。

五感をフルに使う「食」は 生きるうえですべての基本

人間にとって「食」は、体に栄養素を取り込む行為です。同時に食は、人間が持っている五感の情報を脳に取り込む行為でもあります。食事のときには「目で見て」「耳で聴いて」「鼻で匂いを嗅いで」「口で食感を楽しく」「舌で味を感じて」「食べ物をいただきます」。人間のすべての活動のなかで最も五感情報が多く、それらが同時に脳に情報として入ってくる唯一の行為が「食」です。

子育ては知育・徳育・体育といいますが、そのすべての基本となるのが「食」であり「食育」であるということから先生のお話は始まりました。子どもたちが豊かな人間性を育み、生きる力をつけていくために、何より大事な「食」。子どもたちが食べるのが大好きになるにはどうすればいいか、そんなお話をうかがいました。

食事は常に楽しく

日本の家庭や保育園では、「がんばって食べよう!」という言葉がけをよく使います。また、正しい食習慣を身につける指導をしてきました。しかし、「楽しく食べる」と



小川雄二(おがわ ゆうじ)先生

1955年名古屋市生まれ。名古屋短期大学講師、助教を経て、現在名古屋短期大学保育科教授(小児栄養・食環境論)、全国小児栄養研究会代表、NPOアレルギー支援ネットワーク副理事長。著書に『五感イキイキ! 心と体を育てる食育』(新日本出版)、『保育園幼稚園ですめる食育の理論と実践』(芽ばえ社)など。『保育のひろば』他雑誌連載も多数

保育をめぐる情勢

保育園は家庭を支え、子育ての文化を伝える

●保育園を市場化する「子ども・子育て新システム」に反対します

子どもたちが毎日元気に遊び、食べ、眠り、成長していくことはすべての人の願いです。その子育て、保育の環境を整えることは国と自治体の責任です。しかし、政府は「子ども・子育て新システム」(以下「新システム」)を「社会保障と税の一体改革」の優先課題として導入し、「社会保障の負担を減らし」「安い労働力」で「保育や子育ての分野で働きたい」という大企業の期待に応え、お金を払って保育を買うしくみに変えようとしています。

もともとは待機児童の解消を目的としていたはずですが、この制度を導入することで保育園はどうなってしまうのでしょうか。先日、一時保育を利用しているT君のお父さんAさんから突然、今後の予約をすべてキャンセルするという連絡が入りました。数カ月前、T君のお母さんが病気になる、Aさんが看病しながらT君のために一時保育に駆け込んでこられたのです。しかし、職場を休むことが多く就業が困難になり、生計を立てられないことからうつ病になって、とうとう家庭が崩壊してしまったのです。T君はやっぱり保育園にも慣れ、子どもらしい笑顔を取り戻してきていただけないで残念でなりません。こうした家庭に手を差し伸べ、緊急に保育体制をとることこそ自治体の責任であるはずですが、

また、「子どものオムツを交換できない」「抱き方がわからない」など子育てに不安を抱えたお母さんが、病院などへ相談に行くケースが増えたそうです。親から子への子育て文化の伝承と手助けが困難になり、リストラ、貧困などの社会環境も子育てを困難にしている現代だからこそ、保育に自治体の責任は不可欠です。

こうしたなか、少年犯罪はますます低年齢化し、増加の傾向が見られます。専門家の指摘では、犯罪を犯す子どもの多くは、幼児期に大人から踏みこられたような体験があるそうです。今、育ちゆく子どもたちが人間として尊重され、人と対等に関わり、お互いを大切に生きていくことを身をもって体験し学んでいける環境が必要です。どんな状況のもとに生まれても、幼児期の健やかな育ちを保障することは、子どもの成長・発達に不可欠です。人生の出発点となる保育所のあり方を真っ向から変える「新システム」に対し、反対の運動の輪を大きく広げていきましょう。(陽光保育園園長 徳留人)

食事の目安は30分

思いっきり遊んでおなかをすかせて食べる食事はおいしいものです。食欲があれば、もりもり食べられます。空腹は最大の調味料です。ところが、子どもにとって食欲が持続するのは30分なのだそうです。それは血糖値と深い関係があり、食べはじめた30分で血糖値が上

プラスの情報・体験で 食べ物が大好きに

子どもが食べ物を好きになるためには、その食べ物にプラスの情報をつなげることが大切なのだそうです。「自分と関わりがある」「楽しい」ことが、子どもにとって嗜好の決め手になります。作物の栽培や収穫の体験、買い物、下ごしらえ、調理の手伝い、味見、配膳などの「食のプロセス」に関わる活動は、子どもにとって大きな喜びであり、それが食べる喜びにつながります。

子どもはお手伝いが大好きです。10分早起きして、朝食の簡単なお手伝いをさせてみてはどうでしょう。お手伝いしてほめられ、認められることは自信につながり、自己肯定感が生まれます。自己肯定感を生かす力につながります。早寝・早起き・楽しい朝食をとりながら、朝食をとお楽しみしていただく「朝食をとお楽しみ」や、「朝食をとお楽しみ」など手のかかる料理を好まない傾向が顕著だったそうです。ちよっとドキッとします。

子どもは年齢や状況に合わせて働きかけ、言葉かけを工夫し(8割ほめて、2割叱る)、食べ物を「おいしい」と感じる嗜好をつくらせていくことで、苦手なものも食べられるようになっていきます。ただ「がんばって」でなく、大人が笑顔で楽しい会話を交わし、子どもたちと楽しい食事をすることを心がけていきたいと改めて感じました。(調理師 宮坂葉瑠奈)

社会福祉法人陽光会◎近況

陽光保育園

運動会: 10月9日、板橋第十小校庭で



▲4、5歳児のリズム。風車(かざぐるま)を手に、元気よく走って入場
▶5歳児の竹馬。がんばったね!

運動会: 10月18日、北町保育園園庭で



▲5歳児、岩手県釜石の伝統芸能「虎舞」で入場。虎の頭は子どもたちが製作



▲フィナーレは北町商店街で毎年7月末に踊られている「阿波踊り」。子どもたちといっしょに職員も保護者も踊って盛り上がる

板第十小あいキッズ



▲放課後ルーム。学年の枠を越えてさまざまな遊びに興じる。学習している児童も
▶出前児童館。児童館の方に来ていただき、工作実施。55名もの児童がパズルを製作

親子でいっしょにあそびましょう

今年度はあと4回です。
12月14日(水) 1月19日(日)
2月9日(水) 3月8日(日)
*動きやすい服装でタオルと着替えをご持参ください。詳しくは陽光保育園までお問合せください。
☎03-3956-1068

ごあんない

●荒馬座ミニ公演
日時 2012年2月23日(木) 10時
場所 陽光保育園ホール
*荒馬踊り他、民族歌舞団荒馬座のミニ公演です。陽光保育園の園児と北町保育園の5歳児もいっしょに観劇します。地域のみなさんも、どうぞお越しください。無料です。

●陽光保育園卒園式

日時 2012年3月20日(祝) 9時
場所 陽光保育園ホール
●北町保育園卒園式
日時 3月15日(木) 9時30分
場所 北町保育園ホール

●陽光保育園創立60周年記念誌

明日にむかって
ようやく、来る3月末発行の見込みとなりました。先行予約を受け付けていますので、ご購入いただける方は陽光保育園までお申し込みください。予価3000円。



あそびのこころ

乳幼児が大好きな 体を使った「ごっこ遊び」

子どもは「ごっこ遊び」が大好きです。よく乳幼児は体を使ったごっこ遊びが大好きです。ごっこ遊びは赤ちゃんのコチョコチョコ遊びが原点です。ただコチョコチョコしてあげるだけでもキャッキョッと笑って喜びますが、「一本橋コチョコチョコ」などと歌って、手のひらから腕、最後に脇の下をコチョコチョコしてあげると、期待もあるのか、満面の笑みを浮かべて喜びます。

ハイハイができるようになると、後ろから大人が「まて、まて」といって追いかける、大喜びで逃げます。途中で子どもは追いかけてもらっていることを確認し、また逃げていきます。追いかけてもらっているという安心感が、子どもの心を楽しくさせるのです。

このことは別の場面でも見られます。立って歩くようになったとき、例えばティッシュペーパーで鼻をかんであげて、その紙を「ゴミ箱に捨てておいで」と言うのと捨てていきますが、ポトンと落とすときに必ず大人のほうを見ます。そのときに「上手だ

子どもは遊びの天才です。何もないとはいえませんが、いろいろな遊びを生みだします。ここでは日光会の保育のなかで大切にしている活動のなかでもとくに子どもたちの好きな遊びを中心に紹介します。

「ねー」と言って褒めてあげると、ニコッと笑います。そして子どもは、もう一度鼻をかみにきてゴミ箱に捨てます。再度「上手だねー」と言うと、ニコツとして安心したかのよう



子どもの世界

2 歳児 —— 給食のときに

11月15日は七五三会食でした。みんなで「おめでとう」とお祝いをして食べました。「きょうのごはんはお赤飯だよ」と子どもたちに話すと、ともひろくんがすかさず、「セキ」がでたときに食べるの？」

5 歳児 —— 保育室で

ペットボトルのふたを集めるため、家庭にも協力をよびかけたときのこと。ハヤトくん母「もう集まった？」及川(保育者)「けっこう集まりました。でもまた何かで使うかもしれないので、いただきますね」ハヤトくん「えっ！ 及川ちゃん、キャップ食べちゃうの？」

ひ まわり組 —— 延長保育で

はなちゃん「はな、ごはんとか炭水化物(たんすいかぶつ)がすき!!」ゆうだいくん「ゆうだいの、かいぶつ、すき。おっきいお魚でしょ」

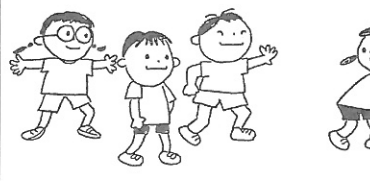
楽しみ我慢も知る カクレんぼ

かくれんぼはどうでしょうか。2歳児ぐらいになると、散歩の途中で先頭を歩いていく子どもたちが保育者と一緒に角に隠れ、後から来る子どもたちを驚かさず遊びをしたりします。そんなとき、隠れている子が待ちきれず、自分から「ばーっ」と出てくるのがよくあります。

ところが、4歳児になると少し様子が変わってきます。4歳児と公園でかくれんぼをしたときのこと。お昼が近づいたし、全員見つけたと思いきや、子どもたちを並ばせて

いると、一人の子が泣きながら向こうからやってきました。「どうして見つけてくれないんだよ」と訴えています。お便所の屋根の上に隠れてじっとしていたというのです。4歳児になると、見つかるまで隠れているという力がついてくるのです。

6歳児になると、別のことが加わってきます。5歳児でも、鬼ごっこで捕まりそうになると、怒ったり、やめたと言って離れていく子がいるのですが、6歳児はそんなことをしたら遊びがつまらなくなるというものがわかってきます。ルールを守って遊ぶほうが面白



◆ごなごな利用ください

保護者の就労・求職・通院・職業訓練・通学・看護・介護など。また保護者の傷病・被災・事故・出産・冠婚葬祭などの緊急時。保護者の子育て不安・リフレッシュなど。

◆育児相談、健康診断等、お子さんが保育園での保育が必要と認められたとき。

ようこうほいくえんの
一時保育

◆利用日・利用時間など

- ・月曜日～金曜日の9時～17時(土・日・祝日・年末年始休)
- ・1歳以上で、離乳の完了しているお子さんから。ただし、板橋区発行「すくすくカード」ご利用の方は生後10か月から。
- ・一日1時間～8時間。ご希望の時間帯で利用できます。
- ◆お申し込み・お問合せ
- ・直接、陽光保育園へ。(03)5009-1008、受付時間10時～17時
- ・緊急時以外は、なるべく利用される10日前までに申し込んでください。
- ・事前に面接をしていただき、利用日・利用時間を予約していただきます(親子でおいでください)。
- ・利用料その他、詳しくは陽光保育園までお問い合わせください。

◎寄付のご協力ありがとうございます。

(2011年3月2日～2011年10月31日/順不同・敬称略)

石川衣、高橋ミツイ、北澤三千子、土屋喜重、植野良子、矢野栄治、松沼富佐江、小川政巳、匿名希望者1名

◎財政活動 陽光Tシャツ販売

◎寄付のお願い (1口5000円/何口でもけっこうです)

郵便振替口座 00140-0-260468 名義 陽光保育園建設委員会

*上記口座にお振込いただくとさいわいです。領収書が必要な方はお書き添えください。寄付金控除の対象になります。

建築資金

いのちと平和のバトンを
未来にきちんと渡さなければ

古屋 絹子

シリーズ
戦争と私

今年、春、江東区にある「戦災資料センター」を見学する機会がありました。入館してすぐに、当時アメリカ軍が撮影したフィルムを編集したNHKの番組がスクリーンに映しだされました。それは、今から67年前の3月9日の大空襲の映像でした。一夜にして何十万もの民間人を巻き込んだ空襲です。逃げまどう人々の上空から炸裂する焼夷弾、真っ赤に燃え立つ戦火を眺めているうち、タイムスリップして、当時小学校2年生だった私の中にもいました。この戦火の中で偶然にも生き残り、今いることが不思議に思えました。

【3月9日 22:30 空襲警報】

「空襲よ、早く起きて！」と叫ぶ母の声に飛び起きた私は、毎晩枕元に置いていたランドセルを背負い、着替えの袋を持ち、寝ぼけた頭の中でも、これは本当の空襲なんだと緊張して、祖母、両親、兄弟姉妹たち8人と固まって、家を飛び出しました。道路には道幅一杯に人の列。人の波に押し入れながら、近所に住む一人暮らしのおじいさんはどうしたかと気になりながらも、家族と一緒に逃げるのが精一杯でした。春とはいえまだ寒く、父は片手にふとんを持ち、片手に77歳の祖母を抱えての行動、母は3歳と6歳の兄弟を両手で引き、荷物を抱えた姉、集団疎開から卒業式で帰ってきたばかりの兄も両手に荷物、私は家族についていくのが精一杯で、木場の土手に着いたときはもう人の壁ができてい

て、立ち止まる場所もありませんでした。「橋を渡って向こう側に行くように」と軍服の人に指示されて、着いた先でも人の波、なんとか1カ所にみんなで座りました。子どもの私は寒いのと眠いのとで、親が掛けてくれたふとんにもぐり、空から落ちてくる焼夷弾の火の粉から逃げていました。

B 29は2時間の間焼夷弾を落とし続け、飛び去った後も街は一晚中燃え続けました。

【3月10日 朝 警報解除】

両親は火の粉を払うのに一生懸命で、翌朝は二人とも目が真っ赤になっていました(母が両目を開けられたのは数日後でした)。空襲が解除され、一晚中燃え続けた街を土手の上から見ると、子どもの私には日本中が焼け野原になったと思えるほど、建物は何もありませんでした。

焼けた家まで戻ろうと、家族で川の反対側の土手まで来ると、大勢の人たちがみんな両手を広げてひっくり返っていました。衣服は焼けず、顔の色もそのまま死体となって重なりあっていました。燃え盛る火の手からは逃れても、巨大な炎によって酸素を奪われ死に至ったそうです。近所のおじいさん、おばさん、クラスメートも何人もいました。苦しみのため両目を開き、両手を上げて倒れた姿は恐ろしく、後年、大人になってからも、デパートなどでマネキン人形を見ると、当時の悪夢が呼び戻されたものです。(板橋区在住/75歳)

す。仲間と遊ぶ楽しさもわかってくるし、我慢することも学ぶのです。今の子どもたち、思いっきりごっこ遊びをしているでしょうか。仲間と遊ぶ楽しさや我慢することの大切さを遊びから学んでいるでしょうか。体を動かしていっぱい遊びたいものです。(保育士 小内康寛)

「お父さんの出番です!!」

子どもたちと行くサイクリング

不規則な仕事のため、普段は子どもたちと休みが合わないで、休みが重なったときはなるべく子どもたちと一緒に過ごすようにしています。

お天気が良ければ、必ずといっていいほど、交通公園に行きます。その甲斐があり、子どもたちは二人とも補助なし自転車にすくすく乗れるようになりました。最近では自転車に乗って、池袋まで買い物に行ったり、遠方へサイクリングに行ったりもします。

自転車に乗ると、二人の性格がよく表れます。まず弟の朝は、自分が一番前でない気がすまないで、先頭で行きます。その際、僕が道を指示します。一方、兄の岳は、一番後ろからついてきます。

岳に「先頭で走らないの？」と聞くと、「朝が遅くなるからいい」と言います。それを聞き、僕がちょっと意地悪にスピードを上げて朝を抜くと、朝は怒って止まってしまうことがあります。岳はというと、朝の近くに止まり、「待って〜」と必死に叫びます。少し先で僕が待っていると、朝が「ニコニコしながら「俺が先頭だから」まるで俺についていけない感じがする」と言っていて、僕を抜いて走り出します。その後を僕と岳と二人でついていきます。

いつまで子どもたちが僕に付き合ってくれるかわかりませんが、できる限りサイクリングは続けようと思います。(4歳児クラス・朝 5歳児クラス・岳の父 竹下真白)

お父さんの出番です!!

子どもたちと行くサイクリング

不規則な仕事のため、普段は子どもたちと休みが合わないで、休みが重なったときはなるべく子どもたちと一緒に過ごすようにしています。

お天気が良ければ、必ずといっていいほど、交通公園に行きます。その甲斐があり、子どもたちは二人とも補助なし自転車にすくすく乗れるようになりました。最近では自転車に乗って、池袋まで買い物に行ったり、遠方へサイクリングに行ったりもします。

自転車に乗ると、二人の性格がよく表れます。まず弟の朝は、自分が一番前でない気がすまないで、先頭で行きます。その際、僕が道を指示します。一方、兄の岳は、一番後ろからついてきます。

岳に「先頭で走らないの？」と聞くと、「朝が遅くなるからいい」と言います。それを聞き、僕がちょっと意地悪にスピードを上げて朝を抜くと、朝は怒って止まってしまうことがあります。岳はというと、朝の近くに止まり、「待って〜」と必死に叫びます。少し先で僕が待っていると、朝が「ニコニコしながら「俺が先頭だから」まるで俺についていけない感じがする」と言っていて、僕を抜いて走り出します。その後を僕と岳と二人でついていきます。

いつまで子どもたちが僕に付き合ってくれるかわかりませんが、できる限りサイクリングは続けようと思います。(4歳児クラス・朝 5歳児クラス・岳の父 竹下真白)