



# 親子支援だより ほっと通信 5月号 No.2

2109年5月1日(水) 浜松学院大学付属幼稚園  
【教頭】山梨明子・著発行 【心の相談員】中島祐子・添文

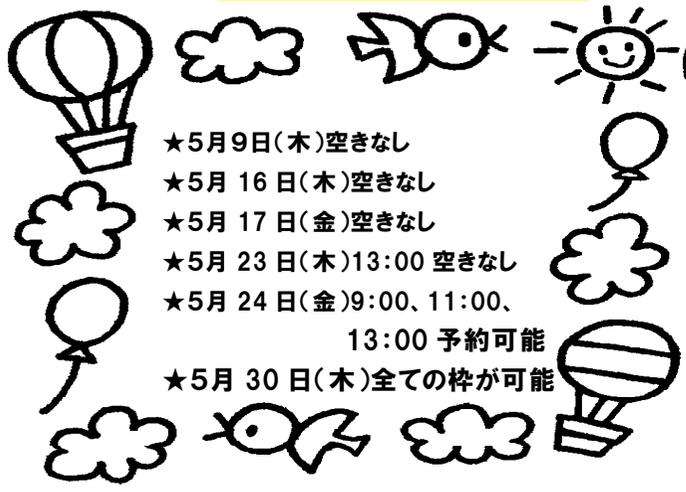
毎日、家事・育児・お仕事を頑張るお母さん・お父さんが、このおたよりを読みながら・・・  
①ほっとひと息ついて ②ホッと安心し ③ホット (HOT) な温かく優しい気分になりますように...♡  
いつでも応援しています！共に歩みましょうね！

さて、新年度がスタートして1か月が経ちました。親も子ども幼稚園での新しい環境に少し慣れつつ...気を張った毎日の生活にちょっと疲れが出てくる頃でしょう。子どもたちにとって初めての場所、人、経験...それはそれは大きな変化です。でも子どもながら懸命に適応しようと努力しているのです。ですから、時折涙が出たりお母さんに甘えたりするのは自然なこと。以前あるお母さんから寄せられたほっと通信の感想(右下→をお読みください)では、『素直な気持ちや行動をありのまま出す子どもにダメなことはないんだ。ちゃんと受けとめなくっちゃ！』という言葉がありました。こんな風に自分で葛藤しながらも、子どもの気持ちや言動をありのまま受け入れようと気づけることが素敵です！

この時期、新しい環境にとびこんでいく子ども達を見送りながら「自分の思いを出せるかしら」「友達はあるかしら」「ひとりぼっちで困っていないかしら」と様々な心配があることでしょう。そして、登園時、我が子の泣き顔や、帰宅時のぐずりを見るとお母さんの不安が増して...なんてお気持ちもよく分かります。だって、私自身、すでに中学3年になった三女のことですら「新しいクラスでの仲間関係はどうか」と気にかかりますから(笑)...娘は学校生活を楽しんでいますが、女子特有の“数名でグループを作ること”をやや避ける傾向にあります。その時々で異なりますが、クラス内ではひとりで本を読んだり自分のペースで少数の友達と関わったりしているような一面を持った子です...

そんなこともあり、4月早々に娘と友達関係について話したことがありました。すると娘は「ひとりでいる時があっても全然気にならない。話せる友達や部活で楽しめる仲間もいるし問題ない。むしろグループ同士のいざこざに関わらずに済むから気が楽。」と言いました。それを聞いた私は「了解。無理していなければOK。」と返しましたが...その後、私たちの間で娘が読んだ本の話題になりました。それは『人生の質を上げる～孤独をたのしむ力～ 著者：半堂登紀雄』という本です。娘が自分で選んで購入した本ですが、“思考・人間関係・夢・目標...本当に大切なものはひとりで見つける”という内容の本です。これを読むと“幼児期に子どもがひとり夢中になって遊び込むことの大切さ” “常に仲間集団に属してなくても大丈夫”ということに納得ができて、焦らなくてOK!と思えるのです。...この話題の続きは次号で...山梨明子

## 5月カウンセリング予定



- ★5月9日(木)空きなし
- ★5月16日(木)空きなし
- ★5月17日(金)空きなし
- ★5月23日(木)13:00 空きなし
- ★5月24日(金)9:00、11:00、13:00 予約可能
- ★5月30日(木)全ての枠が可能

## 6月カウンセリング予定



- ★6月6日(木)9:00、10:00、11:00 予約可能
- ★6月7日(金)9:00、10:00、13:00 予約可能
- ★6月13日(木)11:00、13:00 予約可能
- ★6月14日(金)全ての枠が可能
- ★6月20日(木)全ての枠が可能

こんにちは！令和の時代最初のほっと通信でみなさまとお会いできますこと...感謝の気持ちでいっぱいです♡平成という元号に決まった時も、え～！なんだかなあ...なんて思いましたが、だんだん馴染んで...時の流れというもの不思議ですね！(皆さんの子ども達も、それぞれのペースで少しずつ新しいクラスに馴染んでくることでしょう♡)でも、やっぱり昭和生まれの私は、昭和が最高に馴染むなあと思うのですが、平成生まれの末娘は、断然平成がいい！とさっぱり...そういう気持ちも大事なかもしれませんね♡

平成時代は戦争がなかったと強調されますが、家庭内のいさかいの激化や冷戦状態の家庭は、急増した時代であったことを心に留めたいと思うのです。背景には、昭和時代の戦争と敗戦にまつわる国民全体の深い傷跡の影響が否めません。私達を育ててくれた両親や祖父母の時代は、まずは子の成長に必要な食べ物を与えること、戦後の復興の時代には、将来のために塾や習い事をさせること、それが我が子への主な愛情表現でした。残念ながら、子どもの心を満たすことの大切さに気づくゆとりはありませんでした。

いつの時代でも、子どもの心が親に求めるものに変わりはなく、“安心して甘えたい”という子ども心だけが置き去りにされてきたように感じます。安心して甘えて、よしよしと受け入れてもらった体験が少ないと、お母さんの中の甘え足りていない子ども心が騒ぎ出して、目の前の子どもの甘えを素直に受け入れられなくて、もやもやイライラ...よしよしどころでなくなってしまうのです。

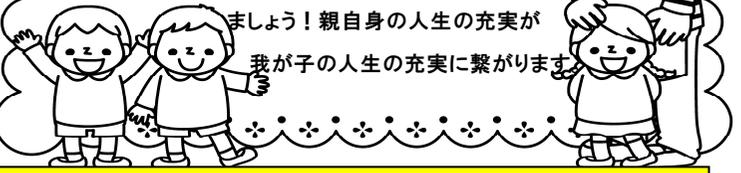
このような時代背景のもと、甘え欲求が十分に満たされず大人になった私達ですが、我が子の心を抱きしめることを体験しながら、私達自身の中の子どもの心も同時に抱きしめてあげることができるのです♡「こころを抱きしめるってどういうこと？」そんな問いが生まれたら、ぜひカウンセリングにいらして下さい。一緒に体験しましょう♡

最後になりましたが、4月号の『ひび割れ壺』のお話はいかがでしたか？その時々で様々なメッセージを汲み取ることで奥深い民話ですね。今月は、この通信を読んで下さっているお父さま達にお願いがあります。このひび割れ壺のように、精一杯の器で毎日大奮闘のお母さんを、この水汲み人足のような温かなまなざしで労い、支えてあげて下さい。そしてお母さん、つらい時は、ひび割れ壺のように勇気を出して、素直な気持ちを言葉で発信しましょう。心を開き本音で関わり合う大人の姿を通して、子ども達は人と人の関わりあいについて身をもって学んでいきます。心の相談員♡中島祐子

お寄せ頂いた「ほっと通信の感想」より  
「ほっと通信を読んで、「普段の子ども達との関わりの中で悩んだりすることに対する答えをもらっているように感じます。毎月の発行を楽しみにしています。些細なことでイライラしてしまい、後で自己嫌悪に陥ってしまうことも多々あり。でも『お母さんの心に湧いてくる気持ちにダメなものはない』というメッセージに励まされました。それと同じで、『素直な気持ちや行動をありのまま出す子どもにダメなことはないんだ。ちゃんと受け止めなくっちゃ！』と思いました。いっぱい抱っこして、いっぱい甘えさせてあげたいなあと思います。  
...全文をそのまま記載しています...

## 今月のほっとアドバイス

楽しかった連休明け、幼稚園行かないって困らせる子ども達のお母さん、行きたくない！って自分の本当の気持ちをちゃんと表現できることは、素晴らしいことです。子ども達は、この大人には本当の気持ちを出せるって思えるから、出してくれるんです。かといって、だだこねにつき合うのは本当に大変！でもね、永遠に続くことはないですよ。お迎えの時まで引きずっている子はいませんね。送り出した後は我が子の力を信頼して、にこにこ笑顔で楽しんでる姿を想像しながら、スイッチを入れ替えてみましょう！親自身の人生の充実が我が子の人生の充実につながります



◎カウンセリングは守秘義務を厳守します。(保育に関わること等は、保護者様のご希望や必要性に応じて園教員と共有させていただく場合があります。その際はカウンセリング時にご意向をお伺いします。)  
カウンセリングの対象は付属幼稚園の保護者となります。予約の際は、在園保護者を優先しますが、空き状況により、未就園児活動に参加している保護者(当園に入園予定の方)と、当園卒園の保護者(卒園から1学期間に限る)を対象に、予約をお受けすることができます。また、未就園児のお子さんを連れてカウンセリングをする場合、託児を依頼することも可能ですのでご相談ください。(1回1,000円の実費)  
◎カウンセリングの予約は、幼稚園に電話(☎472-5193)をし、希望の日時をお知らせください。その場で空き状況をお伝えして日時を決定します。(幼稚園の会議室で実施します)カウンセリングは無料です。