

自分自身の充実  
子育てにもよい影響

夫の転勤で他県から引っ越ししてきたパンダ子さんは、実家で里帰り出産し、いざ産まれた子どもと戻ってきたら、頼れる人も子育て仲間もいなくて苦労した経験を話してくれました。

「仕事や家の都合などでどうしても子どもを預けなければならなくなった時、職場の人しか知り合いや友人はいないし、子どもを預かってとお願いできる人間関係もできなくて、どうすればいいのか、

とても悩みました。」  
そんなときに利用した、保育園で行っている一時保育について、さらに伺ってみました。

「子どもを泣かせてまで預けるっていうことに罪悪感を感じてしまう人もいるかもしれないけど、抱え込まないで助けてもらうことも大切。気持ちにゆとりが生まれるので、いつも以上に子どもに向き合えたように思う」  
自分の時間が持てたことで、その後の子育てにもいい影響があったようです。

「子どもには言葉の意味が理解できていなくても、預ける理由をきちんと話し、

『待っていてくれてありがとう』と伝えることも必要です。それから、受け入れ人数など園によって条件が違うし、事前の面接・予約・慣らし保育など段階を踏む必要があったりするので、自分の条件にあうところを探すためにはあきらめない。そして、受け入れてくれたことに感謝すること。『ありがとうございます』と言葉にしていたら、子どもも保育士さんに『ありがとう』と言うようになった」

と、利用するときのマナーと使いがけな効果も語ってくれました。

メンバーの皆さんからも、それぞれのリフレッシュ方法を聞いてみました。

「パパでもママでもおむつ交換ができる設備のあるところへ、家族で買い物に行く」

「子ども連れOKのレストランに、友人と一緒に食事に行く」

「一時預かり保育を利用して、料理教室に通った」

「こんな話まで飛び出しました。」

「子どもの夜泣きがひどくて疲れ果てていた時、母に『一緒に泣いちゃえば』と言われて、本当に一緒に泣いてみたら、意外と気持ちが楽になった」

「朝、なかなか起きられない子どもだったので、布団

の中で5分くらいじゃれあうようにしたら、すっきり起きられるようになった上に、私の気持ちも充電された」  
家族の協力を実感したり、自分が自由にできる時間を持つたりすることで、自分自身の気持ちを充実させたり、見方を変えることで気持ちをすっきりと切り換えたりしているようですね。

子どもと一緒に生活で  
子どもが育つ自分の人生を  
楽しもう

子育てを楽しむとはどういうことかを考えてみると、子どもと一緒に楽しむということと、子どもがいる自分の人生や生活を楽しもうとするこの2つの考え方があります。

どちらがいいというのではなく、どちらの視点も重要ですし、それに相互に影響しあうものでもあります。子どもと良い関係が築けていけば、自分自身の人生も充実します。自分の人生に充実感があれば、子どもと向き合う気持ちのゆとりも生まれます。

今回は、10名の方から、「子育てを楽しむ」をテーマにいろいろな視点・角度からの話題が出てきましたが、皆さんの参考になりましたか？  
最後に、10名のメンバーから、皆さんへの「子育てを楽しもう」メッセージをまとめていただきました。

10人から「子育てを楽しもう」メッセージ

子育ての期間は限りがあります... だから  
みんなで子育てを楽しもう

- ◇ がんばりすぎない
- ◇ 子どもに共感する「聴く耳」をもつ
- ◇ 夫婦で協力する
- ◇ 相談しあえる友だちづくり
- ◇ 笑顔を忘れない



「パパでもママでもおむつ交換ができる設備のあるところへ、家族で買い物に行く」

「子ども連れOKのレストランに、友人と一緒に食事に行く」

「一時預かり保育を利用して、料理教室に通った」

「こんな話まで飛び出しました。」

「子どもの夜泣きがひどくて疲れ果てていた時、母に『一緒に泣いちゃえば』と言われて、本当に一緒に泣いてみたら、意外と気持ちが楽になった」

「朝、なかなか起きられない子どもだったので、布団

春といえば...



『おばけの花見』

内田麟太郎/作 山本孝/絵 岩崎書店  
「おばけながや」に朝がきました。今日はみんな、うきうき。山にお花見にお出かけです。おばけたちが楽しんでいると突然、雷雨が。迫力ある絵も魅力的です。



もうすぐ春



外はまだまだ寒い冬。でも少しずつだけ、春は近づいています。親子であたたかくなるために、「春」を感じる絵本を読んでみませんか。

春になったら「おおそうじ」?

『ぐりとぐらのおおそうじ』

なかがわりえこ/文 やまわきゆりこ/絵 福音館書店  
春がきました。ぐりとぐらの部屋はほこりだらけ。でも、ほうきや雑巾はポロポロ。そこで自分たちがほうきと雑巾になることに。大変なおおそうじを楽しんでしまおう「ぐりとぐら」はすごい!



『はるです はるのおおそうじ』

こいでたん/文・絵 こいでやすこ/文・絵 福音館書店  
春になりました。3匹のねずみが、おおそうじをはじめました。そこへ動物たちが次々にやってきて...。3匹のそれぞれの性格までわかっちゃう楽しい絵本です。



小さな春、見つけた!

『たんぽぽ』

平山和子/ぶん・え 福音館書店  
身近な植物の「たんぽぽ」の秘密がわかる科学絵本です。本物の「たんぽぽ」を見ているような写実的な絵はすばらしく、特に実物大に描かれた80センチを超える根は圧巻です。



『はなを くんくん』

ルース・クラウス/ぶん マーク・シーモント/え 福音館書店  
雪深い森の中で、冬眠から突然さめた動物たち。はなをくんくんさせて駆けて行くと...。モノクロの絵が最後に描かれた小さな花を引き立てています。



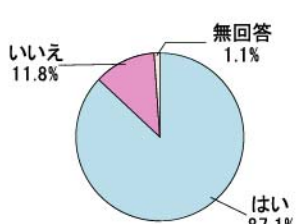
“読み聞かせ”してありますか?

～「平成20年度親子読書アンケート」から～

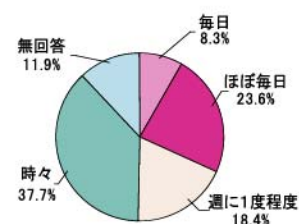
宇都宮市は、「第2次子ども読書活動推進計画」の策定にあたり、平成20年9月に、市内の保育園及び一部幼稚園の2歳児と5歳児の保護者を対象に、アンケートを実施しました。これによると9割近くが読み聞かせをしており、また約半数が週に1度以上していることがわかりました。

「親子の絆」「親子で楽しむ」など親子のコミュニケーションに役立てたり、「感性が育つ」「言葉の発達」など心と言葉の発達に期待したりと、読み聞かせの効果を積極的に活かそうとしている意見が多いのも目立ちます

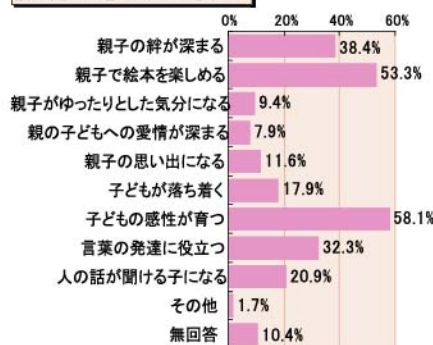
読み聞かせをしているか



読み聞かせをどのくらいしているか



読み聞かせをしてよいと思うこと



子どもの心を豊かに育てるためには、おうちの方からの心のこもった語りかけが欠かせません。子どもにとって、絵本を見ながらやさしく語りかけてもらうことは、とてもうれしいことです。さあ、あなたもお子さんと「絵本タイム」を持ちましょう。