

おやこDEおでかけ
mama to issho

TEKUTOCO

奈良県で子育てを応援する情報誌

テクトコ

Vol.05 | Take Free

1月号

http://asuka-nara.com

発行/一般社団法人マザーワークマネジメント
奈良県橿原市八木町3丁目7-19
E-mail mother@link-fujikawa.com

10,000部発行/四半期発行



▲編集部へ届いた元気なお友達をご紹介します

保育士さんたちの 見たよ! 聞いたよ!

園で活躍する保育士さんたちが、日頃の暮らしの中で見た感じた子どものこと、子育てのことを保育士目線で話します! 皆さんの子育てやお子様との接し方のヒントになるかも!

笑顔で、全力で
受け止めてあげてください。



さかもとせんせい(21歳)
社会福祉法人 広福福祉会
広福西保育園勤務
保育士2年目

中学の頃から子どもが好きで、「保育士になりたい」という夢もありこの世界に。現場では大変な事もたくさんありますが、私の言ったことや考えたことに笑って反応してくれるたり、O-Kー歳児の担任ということでもミルクを飲んでいたり子どもが走り回ったり、言葉を覚えて私の名前を呼んでくれたりした時は、子どもたちの成長とやりがいを感じます。私が子どもたちと向き合う中で意識しているのは「ちゃんと見てると伝える事」。子どもが「つても何かできた時は全力で褒めてあげます。ご飯の時も「口でも野菜を食べた時は「凄いね!」と褒めてあげると笑顔で食べてくれます。「どんな事でもちゃんと見てあげると行動で伝えてあげること、子どもは安心してくれますし頑張りつづけるのです。またこの園には「動き」といって、子どもたちが自分で考え動く「遊び」を大切にしている独自の文化があります。そういった子どもたちの自主性を大切にしていることも大切。子どもが自分らしく過ごせ、その姿を見守ってあげること。子どもとの穏やかなつながりと子ども自身の成長が生まれると思います。パパさんもママさんも、子どもたちを笑顔で全力で受け止めてあげて欲しいです。



子どもと向き合うことで、
自分も成長できます。



ますはらせんせい(27歳)
社会福祉法人
すこやか開業準備室勤務
保育士8年目

昔から「子どもが好き」という気持ちがあり、この仕事を選びました。これまでに保育園も幼稚園も経験し小規模保育園にも携わりましたが、今年10月開園の「すこやかな空くよん保育園」の立ち上げに力を貸していただき、今は開園準備中です。はじめは子どもたちとの距離が近い小規模保育園に魅力を感じていたので寂しさや迷いもありましたが、なかなか経験できない園の立ち上げに挑戦してみたいと思いました。園名やロゴマークを決めたり理念を分かりやすく表現した絵本づくりなどを進め、少しずつ形が見えてきたので手応えを感じています。保育士としては子どもたち一人ひとりに寄り添い、一緒に考えたり楽しんだりすることで子どもだけでなく自分も成長できたので、保護者さんにも子どもさんと「向き合う気持ち」を大切にしたいです。新園も子どもたちのいい部分をしっかりと伸ばしてあげられる場所にしたいたいと思っています。園名の「すこやか」には、子どもたちへ「す/素直な子」「/行動する子」「や/やり遂げる子」「か/感謝する子」になるとういう思いを込めています。私ももう一度、優しさや強さ、感謝の気持ちを子どもたちと学ぼうと思っています。



子どもの体幹について

お役立ち情報
Useful Information



児童発達支援おみそ
理学療法士
奥田博之

よく親御さんから「うちの子は椅子に座っていても姿勢がぐらぐらする」という体幹に関する質問をいただきます。体幹とは手足以外の胴体部分で、その安定性は環境によって変化します。例えば、でこぼこの地面と平らな地面で片足立ちをする場合、安定性も環境も違い、これらの違いは体幹に大きく影響するため原因が分かりにくくなっているのです。



体幹の安定性には①体性感覚②視覚③前庭感覚という3つの感覚が関係しており、これらは無意識に使っている感覚なので自分で意識して操作することは困難です。この3つの感覚を説明します。

- ①体性感覚 皮膚から温かい・痛い・触れられたと認識する感覚であり、目に頼らず足がどんな位置にあるのか認識できる感覚です。ジャングルジムで頭をぶつけないのもこの感覚があるからです。
- ②視覚 飛んできたボールをキャッチする際に重要で、ボールの方向に注意し、ボールを目で追いかける必要があります。この感覚に問題があると運動以外にも板書や習字で書き飛ばし・読み飛ばしが起こりやすくなります。
- ③前庭感覚 上下・左右・前後の揺れを感じとり、ブランコで身体を保てるのはこの感覚のおかげです。

これらの感覚からの情報を受け止める脳の回路や感じ方に問題があると、運動する時に思うような動きや姿勢が出来にくくなるのです。

では姿勢の改善や体幹を安定させるにはどのような方法が良いのでしょうか? 身体の位置を認識するには、視覚に頼らずに身体を思った方向に動かす練習が必要で、球技や砂場、遊具のある公園で遊ぶことをおすすめ。普段と違う場所で前方・周囲を見ながら足を動かすことは、バランス感覚の向上にもつながります。また視覚は壁に向かってボールを投げ、跳ね返ってきたボールをキャッチしたり天井に向けて投げたボールをキャッチすることからはじめると恐怖心や苦手意識を抱かずにできます。前庭感覚ではブランコが苦手という場合、じょうたんの上手を寝ながら転がることからはじめてもいいでしょう。他にも体幹の筋肉は手を挙げる瞬間から働きはじめるので、お買い物や荷物運んだり雑巾がけを競争で行うなど、楽しめる範囲で行うのも効果的ですが、これらに対する子どものやる気や興味の有無が大きく影響します。やる気や興味がないと姿勢も悪くなるというわけなので、こうした知識を理解しておくことで心配や不安も減り、客観的にも見れるのではないのでしょうか。ご家庭で出来る範囲で少しずつ色々な場所ではじめてもらいたいと思います。

おみそHP



子育てコラム

一般企業で働いた経験を持つママが園長! 保育だけの経験じゃないから分かる子育てポイント!

★大切なことは3つ★

- 主体性から想像力と創造力を育て、社会性の土台をつくりましょう**
晴れた日には公園に出かけ、葉の形や色、落ち物の音などの様々な発見を先生と共有し、日常の感動から主体性を育み想像力や創造力を伸ばすことで社会性の土台をつくりましょう。
- 生活のリズムと素直な心は大事です**
お昼は給食を食べ、お昼寝もする。さらに、食後の手洗いや食後の歯みがきなど、生活のリズムを整え当たり前のことが出来る素直な心を育てましょう。
- 先生には何でも話してください**
昔、先生から「息子の様子が違う」と言われたことがあり、実はその前日、家で揉め事があり、先生に話すと「そういうことこそ伝えてください!」と責められました。何が子どもの負担になるかわかりません。「まずは先生に」という気持ちを持ってください。

取材協力 医療法人 聖の木会
さわか保育園
磯城郡田原町281-5
http://kashinokikai.com

プロフィール よしだえんちよう
子どもの頃に英語に興味を持ち、留学を経て一般企業の海外営業を経験し、その後雑貨の専門ショップを開店。結婚・出産で仕事を離れるが「さわか保育園」開園の際に仕事に復帰、その後園長となる。

道の駅レスティ唐古・鎌に
オムツの自動販売機を
設置しました!

遊びにきてね!

奈良交通株式会社は子育てを応援しています!!

Contents

- お役立ち情報
子どもの体幹について
- 子育てコラム
一般企業で働いた経験を持つママが園長!
保育だけの経験じゃないから分かる
子育てポイント!
- 特集
Special Edition
一人で悩まなくても大丈夫!
子育て支援センターや
一時預かりをしてくれる
保育園・こども園を
ご存知ですか?
- 楽しい情報を満載・発信!
イベント耳より情報!
- ぜひ見て読んで!
先生イチオシの読み聞かせおすすめ絵本!
- プロの声が子育ての
ヒントになるかも!
- 保育士さんたちの見たよ聞いたよ

お子さまの写真が表紙に!

お子さまの写真が表紙を飾るかも? 出来る限りたくさんのお友達を紹介しませぬ!
採用ポイント/表紙の写真は横向きなので「横向き」の撮影だとスタッフの目に留まるかも!
※採用を確約するものではありません。

詳しくはこちらまで



特集
Special Edition

一人で悩まなくても大丈夫!

子育て支援センターや一時預かりをしてもらえる 保育園をご存知ですか?

子どもの成長が実感できる子育ては楽しくもあり大変。迷惑をかけたくない...我が子だから自分で...そんな責任感とプレッシャーで疲れたり不安になったり、また保育園に入園させることができなかつた...といったパパママさんはいませんか?
そこで今回、天理市で子育て支援に取り組み拠点・保育園が自主的に連携して子育てに関するサポートを展開する、県内でも数少ないネットワーク「てんり子育て拠点ネットワーク」の先生たちが事業の魅力や利用方法、子育てへのアドバイスを話してくれました。

それぞれの魅力と 目指しているものはなんですか?

【やたせんせい】サロンドキッズは、未就園児の親子が集う「子育てサークル」から、育児中の親子さんに、楽しんで遊んで頂ける場を提供したいと思いを持ったお母さん同士が集まり、法人化し、「アットホームな子育てサロン」を拠点に、子育て支援を展開してきました。自分の子育ての時は、知り合いも少なく不安になることも多く、その経験から子育てに頑張るお母さん方に少しでも寄り添い、お役に立てることを常に心がけています。

【おたにせんせい】くれよんは保育園内にある地域子育て支援拠点事業で、来られるのは入園できなかったお友達や幼稚園に行く前に一度保育園を知りたいというお友達が多いですね。園内にあるということから、来てくれるお友達には保育園児と同じような経験をさせてあげたいと思っています。拠点の自慢は絵本の部屋で千冊以上の絵本が置いてあり1週間の貸出しがあります。絵本の中には古いものや昔話もあり、昔の本になかなか触れ合う機会がない今、皆さん興味を持って借りてくれます。

【にしまるせんせい】「てんり子育て拠点」に加え、コロナ禍で家から出ない、出られないというママさんなどのように人とつながりが持てるかに目を向けています。今はイベントで人を集めて何かをする、というところは慎重にならないといけないので、インスタライブやお誕生会やZoomを使ったオンラインひろば、YouTubeでの遊び場の提供など、自宅でひろばをつなぐ活動を主にしています。もちろん、ひろばへ来て遊んでいたこともできますよ。



やが支援センターは「はへる」にて、母子手帳を発行時に通信の配布をお願いしています。また、SNSを使ったHP、ブログ、Facebook、Instagram、YouTubeで情報の発信を行っています。

【おたにせんせい】うちは市役所の方で半年間「のびのび通信」というものを発行してもらっているので、その中で半分ずつスケジュールを掲載してもらっています。その甲斐あっての對方が「のびのび通信」を見て連絡をくれます。また天理市子育て世代すこやか支援センター「はへる」さんも積極的にうちを紹介してくださるのでありがたいです。

【にしまるせんせい】にぎわいプラザは赤ちゃんの暮らしにママが慣れるまで寄り添う「天理トウラー」さんが、赤ちゃんの4ヶ月健診のため自宅にお伺いする際にパンフレットを渡してもらっています。4ヶ月にもなるとママさんも赤ちゃんも外に出やすくなるので、パンフレットを見て来ました、という方が多いです。

【やたせんせい】何かを見て「行こう」と思ってくれる気持ちは嬉しいですね。

**安心してきていたための
取り組みや心構えは?**

【おたにせんせい】来ていただいた方に話したい方が好きな方もいれば、あまりお話しされない方もいますので、それぞれに応じたお声がけやお話をさせてもらっています。

【やたせんせい】来ていただいたお母さんの中には、初めてお会いした方とお話しするのが苦手な方もおられます。苦手な方も安心して利用できる雰囲気作りを心がけています。

【にしまるせんせい】はじめての場所に行くことはとても勇気のいることなので、SNSを通じてライブの様子や日々のひろばの様子などを配信し、「行ってみたい」「行ってみたいかな」と、はじめの一步を踏み出すきっかけづくりを心がけています。

はじめてご利用される方々への メッセージ

【やたせんせい】私が人見知りだったのできつかけがないと、行けませんでした。天理市が主催する保育士による0歳児育児教室に参加することから「行こう」という気持ちになりました。拠点に行くことは思ひのほか、勇気もいりますが大変だと思えます。利用のしやすい子育てイベントに参加することから、はじめてもいいと思えます。外に一步、親子で出かけることから、沢山の子育て情報を得るきっかけになり、様々なサポートサービスを利用する選択が生まれることと思います。

【おたにせんせい】私が2人目を産んだ時に体調を崩して入院する...しないの話しになりました。その時に夫がいろいろ探してくれました。その時に夫がいろいろ探してくれてお世話になったんです。とても必要な話や予約がいっぱいにも関わらず、事情をお話すると入れてくださいました。都合を合わせてくださり、本当に力になってくれました。私自身あまり外に出ない方だったので支援センターの情報を聞き出す機会が少なかつたからです。しかし、こういった経験をしたらこそ子育てや支援に関する情報が、お家におられるママさんたちの目にとまるようになって



大変さを痛感しました。今、縁があって子育て支援に関わる中で、私と同じようにワンオペ育児をされている方や同年代のママ友がいらないというお母さんがいれば、私の体験をお話しています。その会話の中でお母さんから「大人と話すことって大事ですね」という声をいただくこともあるので、これからも子育てをするお母さんが少しでも気持ちよく過ごせる環境をつくらせていきたいです。いつでもお待ちしています。

今後の拠点・イベント

【やたせんせい】7年ほど前に、よりしっかりと子育て支援の実現のため天理市が中心となって拠点同士つながってほしいという要望があつて集まったのがはじまり。そこからみんなとつながっていきましました。

【おたにせんせい】そうですね。くれよんに来ていただいて「何か一緒にしましょう」というのがネットワークのスタートでした。

【やたせんせい】天理市が主催する拠点会議は毎年行われてきましたが、コロナの影響で開催されなくなりましたが、今年2年ぶりに自主的にゆくり集まることになりました。こういったネットワークは、県内でも珍しいと思います。それぞれの拠点の魅力とネットワークの強みを存分に生かして一つになれる企画をしたいと考えています。どうやって、一緒に始めると拠点同士の情報共有はもちろん、お互い刺激にもなり、共に成長できると思います。より、質の高い子育て支援策、拠点づくりへとつながりますので、更に強いネットワークへと育てていきたいです。

られないというママさんなどのように人とつながりが持てるかに目を向けています。今はイベントで人を集めて何かをする、というところは慎重にならないといけないので、インスタライブやお誕生会やZoomを使ったオンラインひろば、YouTubeでの遊び場の提供など、自宅でひろばをつなぐ活動を主にしています。もちろん、ひろばへ来て遊んでいたこともできますよ。

【やたせんせい】例年、年に1回子育てフェスタという大きなイベントを開催し、そこには、サロンに来てくれたお母さんやお子さんたちも来て再会できたのですが、コロナ禍の問題で会えず、「今はどうしてるのかな?」と思ってしまいます。今年は規模を縮小して、3月12日にイベントを開催する予定です。コロナの状況次策ではありますが、最近は新しい方もサロンに来てくれることもあるので楽しみにしています。



【やたせんせい】来ていただいたお母さんの中には、初めてお会いした方とお話しするのが苦手な方もおられます。苦手な方も安心して利用できる雰囲気作りを心がけています。

【にしまるせんせい】はじめての場所に行くことはとても勇気のいることなので、SNSを通じてライブの様子や日々のひろばの様子などを配信し、「行ってみたい」「行ってみたいかな」と、はじめの一步を踏み出すきっかけづくりを心がけています。

かできればと思っています。お家にいるママさん何とかが情報をキャッチして欲しいですね。センターで話をしたり聞いたりするだけでも気が楽になります。子どもさんにしても他の大人や子どもと接することで社会性が身につくので、ぜひはじめの一步を踏み出して欲しいです。また拠点側もそういった案じや魅力の発信の工夫が必要だと思います。今の時代のママさんはYouTubeを使った動画配信などに慣れているので、そういった媒体を使って私たちも積極的に発信していきたいです。



【にしまるせんせい】私は22歳で1人目を出産しました。当時の同級生は独身で働き出したばかり。主人も出張が多く、自分一人ですべて向き合うワンオペ育児の

【おたにせんせい】そうですね。くれよんに来ていただいて「何か一緒にしましょう」というのがネットワークのスタートでした。

【やたせんせい】天理市が主催する拠点会議は毎年行われてきましたが、コロナの影響で開催されなくなりましたが、今年2年ぶりに自主的にゆくり集まることになりました。こういったネットワークは、県内でも珍しいと思います。それぞれの拠点の魅力とネットワークの強みを存分に生かして一つになれる企画をしたいと考えています。どうやって、一緒に始めると拠点同士の情報共有はもちろん、お互い刺激にもなり、共に成長できると思います。より、質の高い子育て支援策、拠点づくりへとつながりますので、更に強いネットワークへと育てていきたいです。



知ってました?子育て耳寄り情報!
お子様に、パパママに、子育てに関する様々な情報を子育て支援センターから発信!

地域子育て支援拠点事業 (つどいのひろば)

田原本町 すこやかひろば
Instagram: [QR Code] LINE: [QR Code]

天理市 にぎわいプラザ
Instagram: [QR Code] LINE: [QR Code]

特定非営利活動法人 子育てすこやかサークル
奈良県橿原市葛本町252-1 子育てすこやかサークル 検索Q
TEL.0744-35-3835 FAX.0744-35-3837

子育てゆとり創造センター天理が、家で楽しめる情報を発信!

読み聞かせにおすすめ! 絵本紹介 今月の「おすすめ絵本」をご紹介します!

あふろ だいすき
さく・え/わらべ きみか
あかちゃんのための絵本シリーズ。単語を繰り返す言葉と、わらべきみかさんのかわいい挿絵で、お風呂が苦手な子どもさんもお風呂が大好きになる絵本です!

あふろで ちゃぶちゃぶ
さく/松谷みよ子 え/いわざきちひろ
水彩画のやさしいタッチの挿絵は見てのだけで、あたたかい気持ちになります。大人のファンが多い、いわさきちひろさんの世界と、ストーリーにほっこりしてみませんか。

【開館時間】9:00~16:00(月曜日~金曜日)
【休館日】毎週土曜日・日曜日・祝祭日
年末年始・春・夏休み(年により変わります)

子育てゆとり創造センター天理
くれよん(柳本保育園内)
奈良県天理市遠田511-1 ☎0120-67-1612

すこやかな空 くれよん保育園

令和4年秋開園予定の園舎の外観です。
真っ白なキャンパスにみんなで思いっきり自由に描いてすこやかに育ててほしいと願っています!

HPができたので良かったら見てください。
理念や保育方針・目標など園の詳細も書いています

[QR Code]

参加いただいた拠点・保育園をご紹介します!お問い合わせもお気軽に!

NPO法人Salon de kid's ネット 子育てサロン Salon de kid's
住所 ▶天理市西長柄町16 ☎0743-25-4180(月~金曜日) 9:00~16:00
HP ▶https://salonde-kids.net
※一時あずかりの受付は第1営業日の午前8時30分よりサロンで、電話では9時からとなります。

子育てゆとり創造センター天理 くれよん(柳本保育園内)
住所 ▶天理市遠田511-1 ☎0120-67-1612(月~金曜日) 8:00~17:00
HP ▶https://www.aiwakai-nara.or.jp/yanagimoto/
※一時あずかりの受付はお電話にて、月初に翌月の申込を受付後3日、1ヶ月分の取得が可能です。

NPO法人子育てすこやかサークル にぎわいプラザ
住所 ▶天理市富堂町212-1 shamaison天理 ☎0743-20-1299(月~金曜日) 9:30~15:30
HP ▶http://kosodate-nara.com
※一時あずかりの受付はお電話で、0歳~2歳の子ども保護者および妊婦さんが対象です。



せんせいたちの紹介

やたせんせい NPO法人 Salon de Kid's ネット 子育てサロン Salon de Kid's

おたにせんせい 子育てゆとり創造センター天理 くれよん (柳本保育園内)

にしまるせんせい NPO法人 子育てすこやかサークル にぎわいプラザ