



# 親子支援だより ほっと通信 1月号

No.9 2019年1月7日(月) 浜松学院大学付属幼稚園

【著発行】教頭：山梨明子 【添文】心の相談員：中島祐子

毎日、家事や育児を頑張るお母さんが、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
- 気分に含まれますように...♡ いつでも応援しています! 共に歩みましょうね!

新年を迎え皆さんいかがお過ごしでしょうか。私は過ぎ去った2018年を振り返り...自分の中で葛藤した辛く厳しい出来事や喜びに代わる物事など...実に様々な思いが心に宿っています。その中のひとつ...私が長年思いを寄せている「かこさとし」さんが2018年の5月2日に92歳でこの世を去った事。かこさんの作品は『森羅万象に問いを立て、その謎を解き明かす。わかりやすく、ていねいに、面白く。生きるとは、知ること。学ぶこと。遊ぶこと。楽しむこと...』そんな生き方やメッセージが多くの絵本や著書から読み取れるだけに、もう新作がこの世に生れることはないと思うととても寂しい気持ちでした。けれども、再びかこさんの著書を読み深めていくと、自分の体にかこさんの著書に込められた思いが浸透していき、自分の中にかこさんが息づいているような感覚を味わいました。これはとても幸せなこと...。自分以外の何物でもない心と体ですが、自分は1人ではなく、だれか(何か)と温かく確かなつながりをもって生きているという実感...。もちろん身近な家族や友達が絶対的な存在ですが、その他にも自分が共感できる物事や分野があるっていいかもしれないなあ...。そんなことを改めて感じた年末でした。

そう、共感と言えば。12月号の「ほっと通信」の感想を色々伺っています!「あれを読んで泣けてきた」「家の子も同じようなタイプでどちらかというと「やりかえせ〜」位に思っていた。でも、ちょっと考えさせられた」「これからも子どものホントの気持ちに寄り添いたいと思った」などなど。私は個人的な出来事をそのまま記載しているので、読み手の受け止め方は様々かと思えます。でも皆さんの反応から私も学ばせてもらうことが多々ありますので、今後も是非たくさん感想をお寄せくださいね! 今年も皆さんが素敵笑顔で1年間過ごせますように...。今年もどうぞよろしくお願いいたします! 山梨明子

明けましておめでとうございます♡ 平成最後のほっと通信新年号を記念して... 知る人ぞ知る、あるお母さんの詩をお贈りしたいと思います。

## 愛し続けていること

いつかあなたも 母親に言えないことを 考えたり、したりするでしょう  
その時は思い出してください あなたの母親も 子供には言えないことをずいぶんしました  
作ったばかりの離乳食をひっくり返されて 何もわからないあなたの細い腕を  
思わず叩いたこともありましたが あなたは驚いた目で私をみつめ 小さな手を 不安そうにもぞもぞさせていました  
夜中、泣きやまないあなたを 布団の上にほったらかして ため息をつきながらながめていたこともありましたが あなたはぬくもりを求め いつまでも涙を流していました  
私は母親として 自分をはずかしいと思いましたが だけど、苦しみに潰されることはなかった  
それは、小さなあなたが 私を愛し続けてくれたからです  
だから、もしいつか あなたが母親に言えないことを 考えたり、したりして  
つらい思いをすることがあったら 思い出してください  
あなたに愛され続けて救われた私が いつまでもあなたを 愛し続けていることを

(この詩と解説は、<http://kazumatsui.com/genkou.html>からダウンロードできます)

...この方の詩に出逢った時、なにか、あるがままの弱い自分、不器用な自分で生きていけばいいんだよ、なぜって、関係さえあきらめなければ、親も子も未熟だからこそ、お互いに育ち合っているのだから...そんなメッセージが心深く響いてきました。きっとこの詩の作者も、後悔もたくさんあったことと想像します。ただ、後悔に留まらず、素直な心持ちで、子どもと自分の間に起きた出来事を振り返り、温かな眼差しでそれら全てを抱きとめるところまで、自分自身との対峙を続けられたところが、大事だったのかと...。神経を張り巡らせ独り相撲のように子育てしてきたと思いついていた自分が、実は、落ち込むたびに、屈託ない幼き我が子が愛され続けて救われてきたのだ...という真実に出逢える時、どんなに胸いっぱい、そして、気が楽になることでしょう♡ けれども、誰でも時として、自分の力だけで自分自身に向き合うことが困難な時があるに違いありません。そんな時は、ぜひ、確かな信頼の置ける方に聴いてもらって下さいね。激動の昭和世代に育った私達... 甘え下手にならざるを得ない時代背景がありそうです。でも大丈夫! 子ども達を見習って、少しずつ、練習していきましょう♡

心の相談員：中島祐子

## 1月のカウンセリング予定



## 2月のカウンセリング予定



### 今月のほっとアドバイス

ほっと通信の感想で、「もっと失敗談を紹介して頂けると、もっとほっこりできるような気がします」と頂きました。これって親子関係も同じだなあと...  
子どもは親の失敗談が大好き!  
ほっとして緩めるんですよ〜♡  
私も、どしどしご披露しますよ〜(笑)

次年度4月からは、卒園児の保護者様は卒園後の1学期間のみカウンセリングを行います

ほっと通信を読んで...皆さんの感想やご意見をお寄せください! 今後とりあげてほしいテーマも募集中!  
(記名は自由です。本用紙以外のメモや便せんでも結構です。コース担任に手渡してくださいね)

◎カウンセリングは守秘義務を厳守します。また、カウンセリングの対象は付属幼稚園在園の保護者です。カウンセリング希望者増加のため、次年度4月からは、卒園児保護者は卒園後の7月まで予約をお受けします。卒園後もカウンセリングに限らず園の教職員がいつでもお話を伺います! ご理解の程よろしくお願いいたします。  
◎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。1回のカウンセリングは50分間の予定です。幼稚園の会議室で実施します。

