

親子支援だより ほっと通信

1月号 №9 令和2年1月7日 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・・・

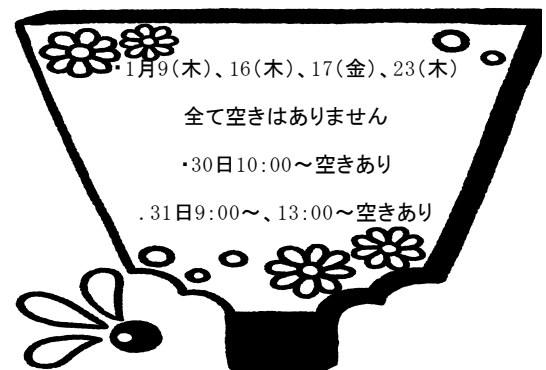
①ほっとひと息ついて ②ホッと安心し ③ホット (HOT) な温かく優しい気分
に包まれますように・・・♡ いつでも応援しています！共に歩みましょうね！

令和2年…新たな年を迎えました。皆様はどのような心境で年越しをされたでしょうか。私の年末年始は仕事と介護と家事に追われていましたが、どうしてもひとつだけ実現したいことがありました。それは 2019 年、私の中で衝撃だった『イチロー選手の引退』。その引退会見の録画を改めて観る…という事でした！（実現レベルの事ではありませんが、普段テレビを観る時間はないので🍷）忘れもしない 3 月 21 日の引退会見は夜中…主人と一緒に感動の涙をこらえつつ会見を観ました。そして、記者からの質問に対して、イチロー選手は、自分の気持ちに合致する言葉を丁寧に紡ぎ出しながら語っていたことが（いつもそうした語り口調ですが、この時は特にそう感じました）印象的でした。やっぱり言葉って大事だな…。経験や理論に基づき思考すること、それを言葉に置き換えること、相手に伝えること…簡単ではないけれど、聴く人の心に響きある言語として伝わることって大切だな…と感じました。だからこそ、イチロー選手の言葉をもう一度ゆっくりかみしめて聴きたい…と思っていたのです。そして、今回改めて録画を観ながら思ったこと…。野球人として偉大な記録を残したこともさることながら、イチロー選手の生き方や人としての在りように改めて感銘を受けました。会見で述べた「後悔などあるはずがありません」という言葉は、3 月からずっと私の心に残っていました。日々、反省だらけの私にとって、そんな風に述べることができる心境は全く想像できない境地。（イチロー選手と比べるのがそもそもおかしいのですが🍷）でも、些細なことでも自分の判断と責任のもと行動したことは、『最大限の努力と思考と配慮を重ねたから、結果はどうあれ後悔のレベルではない』と言えるようになりたいと思ってきました。それにイチロー選手がかつて発言した内容に「できなくてもしょうがない…は終わってから思うことであって、途中でそれを思ったら絶対に達成できません」とか、「僕は天才ではありません。なぜかという自分がどうしてヒットを打てるかを説明できるからです」という談がありました。これに心底共感した私は『反省はするけど言い訳はしない。何事も自分なりの根拠を持って取り組む』ということを常に意識してきました。ですから、年越しにその思いを振り返ることになり…やっぱり『ひたむきに…心を込めて…実践あるのみ』というシンプルな思いでスタートすることになりました。

今年も色々あるだろうけど、生活や仕事を共にする仲間がいること、自分が作ったご飯を食べってくれる家族がいること、一緒に泣き笑いでできる人が身近にいること…そうした関係性を維持していることや自分なりにできることを日々実践していることに誇りを持たなくちゃ…！そんな心境で新年を迎えました。ともあれ、今年もカワイイ子どもたちのために全力を尽くす所存です！ どうぞよろしくお願い致します。山梨明子



1月のカウンセリング予定



1月9(木)、16(木)、17(金)、23(木)

全て空きはありません

・30日10:00～空きあり

・31日9:00～、13:00～空きあり

2月のカウンセリング予定



2月6日(木)、13日(木)全て空きあり

・2月14日(金)11:00～以外は空きあり

・2月20日(木)、28日(金)全て空きあり

2月27日(木)13:00～以外は空きあり



新しい年がやってきました！令和2年…という響きが新鮮です。今年も付属幼稚園の皆さまと共に歩ませて頂けることは私にとって大きな喜びです。どうぞよろしくお願いいたします♡私は心の支援員などと偉そうな肩書きでカウンセリングのお仕事をさせて頂いておりますが、実は来談して下さるお母さんから教えて頂くことの方が多いのだよなあ…としみじみ思うのです。

ひとりひとりのお母さんのお話を伺う度に、それぞれの持っているユニークな素晴らしさが心に深く響いてきて、共に歩いていく道のりの中で、感動と勇気と希望をいっぱい頂いているのです。「私なんて…」「うちの子なんて…」と話される方が多くおられますが、私からすると“あなたの本来の素晴らしさをちゃんとわかってこの子は産まれてきたんだよ”とお伝えしたい思いでいっぱいになります。「いやいやそんな綺麗事言わないで！家では鬼パパって言われるんだから！」と思った方の方が多いかもしれません。（私ももちろん息子&娘に言われました～笑！）

サン・テグジュペリの『星の王子さま』という本があります。歳を重ねるごとにこの本の奥深さに魅せられ、本質の次元に立ち返りたい時に手に取り味わうようになりました。小説に登場する様々な面々の中でもキツネは、王子に『物事の本質へのまなざし』を教えてくれる”賢者”としての存在です。王子には、小さな自分の星で世話をしていたたったひとつの薔薇がいました。このバラがまあ文句が多いこと！手の掛かること！育てにくいんです！それでも王子は不満をこぼしながらも家族のように大切に育てていました。世界を見る旅の途中で降り立った地球でたくさんの似たようなバラを見た王子は、自分のバラもありふれたつまらないものであったのかと悲しみます。そんな王子にキツネは、「心で見ないと物事はよく見えな。肝心なことは目には見えないということだ」「あなたのバラがあなたにとって大切なものになるのは、そのバラのためにあなたがかけた時間のためだ」「人間というものはこの真理を忘れてるんだ」と諭します。王子は、キツネとの心と心の交流を通して、表面的な次元ではなく本質的な心の次元で物事を見つめることを教わります。そして、日夜世話をしてきた自分のバラについて、他でもない自分にとって唯一無二のかけがえのない愛おしい存在である、という『真の価値』に気づきました。

王子とバラとのエピソードについて思い巡らしていたら、バラが王子の心の中の『子ども心』のような気がしてきました。私達は親になると我が子のお世話にかかりきりになり、自分の中の子ども心を気に掛けてあげるゆとりを失いがちです。でも、王子がバラに時間をかけてあげて愛おしさが増していったように、ちょっと聞いてよー！と必死で訴えている『子ども心の言い分』に耳を傾け、辛かったね、苦しかったね…と寄り添ってあげればあげるほど、自分自身のことをかけがえのない存在に思える…そんなことを教えてくれているように感じました。鬼パパのように見えても、私たちの本質は違います。生れながらの悪人も全部ダメな人も絶対いません！様々な事情で子ども心が暴走してしまっているだけです。今年も泣いたり怒ったり笑ったり…尊い子ども心を抱きしめながら、物事の本質を見つめていける『おとな心』を一緒に育てていきましょうね♡

*引用：倉橋由美子訳『星の王子さま』文春文庫

心の支援員、中島祐子

今月のほっとアドバイス

『直感・違和感・身体反応』は、子ども心が本質に気づかせてくれる大事なサインです。どんなに有名な人の話でも、「何かピンとこない」「もやもやする」「胸が詰まる」等々の反応を感じたら、今の自分にはタイミングではないのかもしれません。

自分の感覚を
信頼しましょう♡



ほっと通信の感想・育児や親業に対する思い等…何でもOK!他用紙可
無記名でも結構です【2月21日までに提出してくださいね】

◎カウンセリングは守秘義務を厳守します。（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)

