



親子支援だより ほっと通信

2月号 No.10 令和2年2月1日 浜松学院大学付属幼稚園

【著発行】教頭：山梨明子 【添文】心の支援員：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！

本当に早いもので、もう2月になってしまいましたね。幼稚園では年明けも元気に登園する子、寒くてちょっと布団から出るのに勇気がいるのか、ちよっぴり甘えている子など様々ですが、みんな遊ぶときには目を輝かせ良い表情をしています！ やっぱ、クラスで友達と一緒に楽しい時間を過ごすことを最優先で・・・残り少ない今年度を充実させてあげたいなと思っています。

さて、この1月は体調がいまひとつだった私ですが、週末は長女の成人式やら、親族行事、両親の介護、子どもの遠征同行など・・・週末もめまぐるしく動き回っていました。成人式では私が昔に着た振袖をそのまま着た長女。当時の写真と見比べてみると、同じ振袖を着ていても、私は昭和の雰囲気満載で「時代を感じるよな～！でもやっぱり母子似てるな～」と周囲から騒がれました。また、親族で実家の片付けをした時に、自分の幼少期の品々がたくさん出てきて・・・「これ覚えてる！これで遊んだ時にお兄ちゃんが〇〇してさあ～」など、懐かしい記憶がよみがえり、家族兄弟で盛り上がりました。（結局、捨てるのは惜しくて保管箱行きになった物も多くて大した片付けはできず・・・）

その時にいちばん話題にあがったのがやっぱり『よく遊んだ場所と物と人』だったのです。山川畑の自然相手に・・・身近な生き物相手に・・・そして何より近所の仲間たち相手に・・・本当によく遊び回りました。その時々風景、状況、匂い、自分の思いなどが今でもはっきり感じ取ることができます。具体的に書き出すときりがありますが、私も兄弟も「しまった！やってしまった～！」という自分の失敗経験や大人から怒られたことをよく覚えているのがこれまた不思議でしたね。（失敗からきっと何かを学習したはず：笑） そんなこんなで、私を含めた4人兄弟は、いわゆる習い事やお勉強などは一切せず、ひたすら遊び続けた幼少期だったのです。今思うと、存分に遊ぶ時間と場を与えてくれた（放任されていたとも言えるが：笑）親には心から感謝だよな～と話していました。そして・・・我が家は長女が成人式を終えたわけですが、はて？自分は、将来我が子どもたちに『感謝だね～』って思ってもらえるような親であったか（あるか）と疑問が湧きました。う～ん。普段はこんなこと何も考えていないけれど、ちょっと意識すると反省は多々あるな（寄せられた感想にも『反省』という言葉がありましたね！）そして、人生の中で貴重な幼児期を過ごしている今の子どもたちにも、心から『楽しんでほしいな』と改めて思ったのです。私たち兄弟で話したのですが、きっと遊ぶ中で多様な実体験と人との関わりを肌で感じとり、『生きるっておもしろい。自分で何かをするって楽しい』と思える力が感覚的に備わったのだらうね・・・と。（もちろん苦い部分も多々味わっていますが！）年度末になり何かと期待と不安が入り混じる今日この頃だと思いますが、夢中になって遊ぶ（活動する）経験を基に子どもたちの『夢を持って生きる力』が育まれますように・・・と心から願っています！今後も、皆さんの感想やご意見を紹介していきます♪ 記名・匿名は問いませんので、お家の方々からのおたよりをお待ちしています♪ 教頭：山梨明子

「なんか話したいことあったら、何でも言いや～』『ええわ、僕よりつらい目にあった人いっぱいおるし』『お～我慢してえらいなあ・・・言うと思うたら大間違いや。（かがみ込んで少年の目を見て）・・・こんなつらいことがあった、こんな悲しい気持ちになった、そういうこと、話したかったら遠慮せずに話してほしいねん』『大丈夫（目を伏せ）』『言いたいこと我慢して呑み込んでしまうたら・・・ここ（少年の胸を触り）、後で苦くなるで～』『おじいちゃんに、男のくせにそんなに弱いかって笑われる』『（少年を覗き込みながら）弱いてええことやで～、弱いから他の人の弱いところがわかって助けあえる。おっちゃんも弱いところあるけど、ぜんぜん恥ずかしいと思うてへんで・・・おじいちゃんにもそない言うといて』『まだ・・・見つかってへんねん・・・おじいちゃん』（見つめ合い、沈黙）『そうか・・・』再び水タンクを一緒に持ってゆくり歩き出す。

・・・これは、この1月18日から始まった、阪神淡路大震災の時に被災者の心のケアに寄り添ったひとりの精神科医のドキュメンタリードラマ【心の傷を癒すということ】の第二回目の、医師と被災した少年とのやりとりです。在日韓国人である安医師は、自分が何者なのか？自問自答する中で人の心の複雑さに気づき精神科医を志します。しかし父親からは、「心なんてどうでもええ！お前にはがっかりしたほんま！」と言い放たれます。自分自身も深い傷つきを負い、様々な生身の感情を抱えながら生きてきた方だからこそ、こんな風に共に痛み、傍らで寄り添えるのだなあ・・・と、滲み出る温かさに胸が熱くなりました。第一回目に、子ども時代の安医師を育てるあったかなお母さんとのシーン、同じく在日韓国人の心優しいお嫁さんとの出会いから家庭を持つまでのシーン、恩師との深い交わりのシーンがありました。安医師は、このような真心溢れる方々の愛の懐の中で、自らの傷つきが癒される体験を積み重ねていかれたのだなあと感じました。

さて、冒頭のシーンに戻ります。少年は、大好きだったおじいちゃんが見つからなくて寂しくて悲しくて、ずっと揺れてるように感じるくらい地震の体験が怖くて不安いっぱい・・・抱えきれないぐちゃぐちゃの思いを”地震ごっこ”を繰り返しながら、無意識に吐き出そうとします。被災した人達の思いを踏みにじる行為と周囲の大人に批判される中、安医師は少年が内面に抱える深い哀しみを感じ取るのです。大人も子どもも、安心・安全の懐の中で混乱した感情を抱きとめてもらうことが、『心の健康』にとって何より大切な営みであることを教えてもらえる印象深いシーンとして紹介させて頂きました。（若くして天国に逝かれた安先生に、心よりご冥福を祈ります）

子育てで何が大変かという、目の前で感情を爆発させてダダこねされることではないでしょうか。実は、涙というものは汗や排泄と同じく生理現象なんです。トイレ我慢しなさい！なんて言わないですよ。何だかわからないけれど湧いてくる思いに危機を感じ、心が具合悪くならないように本能で吐き出そうとしているのがダダこねです。そんな時に、よしよしと抱っこしてもらったり、びっくりにしたね、怖かったね、嫌だったねって気持ちを代弁してもらいながら落ち着くことができると、ネガティブな感情が湧いても大丈夫なんだ！という経験ができるのです。けれども、親側のゆとりが無いと、親の方も我が子と一緒に混乱、爆発してしまうことってあるあるですよ！親だって生身の人間、疲れたり落ち込んだりするのは自然なこと・・・周囲を見渡してみたら、案外身近に耳を傾けてくれる存在がいるかもしれません。♡もちろん、私もあなたの心の応援団です♡

心の支援員：中島祐子

今月のほっとアドバイス

今年の大相撲は盛り上がりましたね♪優勝した幕尻の徳勝龍、一寸法師みたいな炎鵬には大いに勇気もらいました！二人とも心の支えの恩人が天国にいるという共通点があります。私たちみんな、ご先祖という目には見えないけれど支えてくれる存在がいてくれますね♡♡



♪ほっと通信の感想が寄せられています♪
いつも山梨先生や中島先生の文を読むたびに「先生方も一歩一歩一生懸命頑張っているんだな」と思ったり、こうした先生たちと一緒に子育てができて良かったと実感します。自分の子育ては一生懸命やろうとすればするほど自分の反省はありますが、自分がちゃんとできたと思える日は子どもに優しくできます。令和2年は山梨先生が書いていたように「自分にできることを懸命に実践していく」そんな毎日にしていきます！

2月のカウンセリング予定

- ・6日(木)11:00～可
- ・13日(木)13:00～可
- ・14日(金)10:00～、13:00～可
- ・20日(木)9:00～、13:00～可
- ・27日(木)9:00～、10:00～、12:00～可
- ・28日(金)12:00～、13:00～可

3月のカウンセリング予定

- ・6日(金)13:00～可
- ・12日(木)全ての枠に空きあり
- ・19日(木)9:00～、10:00～、12:00～空き有

ほっと通信の感想・・・子育ての苦楽エピソード・・・家事の工夫・・・家族の出来事等・・・皆さんからのご意見を何でもお寄せください！

Blank lines for submitting comments and feedback.

2月～3月中にコース担任に渡して下さいね