

ぐんまこどもの国児童会館

にこっと通信

nicotto tsu-sin!



にこつとちゃん

2006.4.15

第13号

発行／
ぐんまこどもの国児童会館



児童福祉週間 大切だよ 信らいすること されること

5月5日(金)～5月11日(木)

(標語: 渋谷さりさん 9歳 埼玉県)

子どもや家庭、子どもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「児童福祉週間」と定めて、児童福祉の意識啓発や子ども達を対象とした催し物など、様々な取り組みが進められています。標語は、この取り組みを社会全体に浸透させるために、毎年全国から募集しています。

児童福祉週間60周年記念

ビバ! こどもカーニバル

4月29日(土)～5月14日(日)

児童福祉週間60周年を記念して、ぐんまこどもの国児童会館でも楽しい催しを行います。みなさんのご来館をお待ちしております。

**あそびワールドツアー
～パスポートをもって世界巡り～**

4月29日(土)～5月14日(日)

時 間: 9:30～16:30 場 所: 多目的ホール

ダンス!ダンス!エンジョイダンス!

4月30日(日) 時 間: 13:00～15:30
場 所: 公園野外ステージ

みんなでカーニバル

5月14日(日) 時 間: 10:00～15:00
場 所: 公園野外ステージ

ぐんま母親クラブフェスティバル

～ひかってるネ お母さん!～

5月14日(日) 時 間: 10:00～15:00
場 所: 公園野外ステージ他、館内各所



※公園野外ステージは悪天候時、多目的ホールに変更になります。



「全国児童館おりがみ作品展」巡回展

4月15日(土)～23日(日)

全国の児童館が日頃の活動を発表する場として毎年実施されている「全国児童館おりがみ作品展」の巡回展を、昨年に引き続きぐんまこどもの国児童会館にて行います。

今回のテーマは「あそび」です。当館の子ども達をはじめ、全国各地の児童館の子ども達が作った作品を、ぜひご覧ください。

休館日

4月…3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)
5月…1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
6月…5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)



ぐんまこどもの国児童会館

〒373-0054 群馬県太田市長手町480
TEL.0276(25)0055 FAX.0276(25)0059
URL <http://www.sunfield.ne.jp/~kodomo01/>

お母さんのリフレッシュタイム 「骨盤底筋群を鍛えてリフレッシュ」

3月7日に行われた「お母さんのリフレッシュタイム」では、「エアロビクスでリフレッシュ！」と題し、キッドビクス スター-KIDSを主宰し、日本マタニティビクス協会認定の杉原良依先生^{すぎはらよしえ}をお招きして、みんなで楽しく体を動かしました。

さて、その杉原先生に、今回参加できなかったお母さんの為になる体操はありませんか？とお伺いしたところ、こんなテーマをいただきました。ぜひ骨盤底筋群を鍛えよう！です。

■実は深刻

ハクション！……あれ、今、おもらししちゃった？最近よくあるの、困ったわ。

このようにクシャミや運動、重い物を持つなどした時に尿もれをおこしてしまうということは、出産を経験した方や、高齢の女性の多くの方の悩みです。また症状が症状だけに、人には相談できず悩んでいる方や、症状が重くわずらわしくて外出するのも億劫になってしまった、などと深刻な声も聞かれます。

■原因は骨盤底筋群にあり

この症状の原因は、骨盤底筋群の衰えにあります。骨盤底筋群とは、おへその下にある恥骨とお尻の下の尾骨の間のハンモック状にはった筋肉で、尿道、膣、肛門をしめる働きをします。この筋肉が出産によってゆるんだり傷ついたり、加齢によって弱ってしまい尿もれがおこります。

しかし骨盤底筋群は「随意筋」といって、自分の意思で動かすことができる筋肉なので、トレーニングで鍛え直すことができます。筋力が衰えて症状が出てしまった方も軽いうちなら改善することができますし、出産経験がない方も予防のためにこのトレーニングは欠かせません。

■トレーニング方法は？

さて、そのトレーニングですが、右図のように立つ、座る、横になるなどの様々な姿勢で短時間でできるので、おうちの中で簡単に行えます。

やり方は、下腹部に腹圧をかけないように注意しながら（膀胱に力を入れると逆に尿漏れを起こします）、骨盤底筋を内臓の方へ引き上げ、そして力をぬく、これを繰り返します。また、気が付いた時は常にやるようにしましょう。

この骨盤底筋群は普段あまり意識していない筋肉なので、トレーニングを始めたばかりではなかなか動く感覚がつかめませんが、あきらめずに続けていれば意識できるようになります。この状態になればトレーニングの効果がでている証拠です。

■たのしい将来を

何事も継続して行うことは大変なことですが、将来、おもいきり笑ったり、楽しく外出するためには、このトレーニングの継続をおすすめします。

ぜひ、チャレンジしてみてください。





豊かなコミュニケーションを育む —幼児期までのかかわりを中心に—



<豊かなコミュニケーションとは>

コミュニケーションは、人が「自分」という意識をもち、思っていることを相手に表現し、相手の応答を解釈することによって成立します。ただし、「豊かな」とつくためには、相手の存在を無視して一方的に送るのではなく、送る内容を充実し、相手の考えや気持ちを誤解することなく適切に理解することが必要です。

豊かなコミュニケーションができない子どもは、言語的にも非言語的にも表現の少ない子がイメージされます。具体的な行動では、表現・視線・身振り・言葉数などに問題があります。認知的には、「自分」が未成熟・「他者」の存在の理解や気持ちの推測が不十分・自他の葛藤の解決ができないなどの問題が考えられます。さらに感情的な側面では、抑圧されている・激しい・ムラがあるなどが考えられます。

そこで、豊かなコミュニケーション成立の側面的な発達を踏まえつつ、その能力を育むためのかかわりを考えてみます。

<コミュニケーションの情動的基盤>

赤ちゃんは、生まれた時点から既にコミュニケーションを始めていると考えられています。つまり、泣くことによって、結果的に大人に世話をやかすという能動的なかかわりをしているという考え方です。赤ちゃんの働きかけに、養育者が応答し、その対応に赤ちゃんが反応するといった豊かな愛情のサイクルは、言葉を介してのコミュニケーションの基盤をつくると考えられます。自分を受け入れてくれるという信頼感の芽生えで、赤ちゃんは自分の欲求を特定の人に向けて表出します。その結果、コミュニケーションに必要な最初の対人関係が成立します。

<「みつめあう」——アイコンタクト>

「みつめあう」ということは、人と人とはが相手を意識するからこそう行動であり、「自分」と「他者」の存在を前提とするコミュニケーションの礎と考えられます。それ故大人は、子どもの目の高さで、しっかり目をみてコミュニケーションにかかわる状況を設定することが大切です。

子どもは、1歳を過ぎる頃になると、いろいろなものを指差すようになります。大人は、その指差したものを見て、自然とコミュニケーションをはじめます。「あれ、ワンワンだね」「何

をしてるのかな」といったように。子どもは、その対応してくれたことを理解し、嬉しい体験をします。そして、さらに表現を増やし、自分と同じものに興味を示してくれる他者と、ある世界を共有しているという実感をもちます。

このように、「認識の共有」から「意味の共有」まで、何でも共有し合い、「共同化」してしまうのがヒトの特徴で、共感性を育む重要な体験であると考えられます。

<自分と他者の理解>

豊かなコミュニケーションは、「わたし」と「あなた」の世界が存在することを理解し、相互に気持ちや感情を含む情報を伝え合い、共有することの喜びを知ることではないでしょうか。幼児期は、「わたし」と「あなた」とは違う存在であることを理解する時期です。

4歳頃までは、自分が何かを「好き」とか「欲しい」といった願望を伝えることが主であり、一方的に自分の欲求を主張することが多く、「あなた」の表情もよく見ないことが多い。そして、「わたし」が知っていること・考えていることは、「あなた」も知っている・考えていると思う傾向を強く持っています。

ところが、4歳を過ぎる頃になると、「わたしは、チョコレートの箱が空っぽだと知っている」、でも「あなたは、チョコレートの箱が空っぽだと知らないから、箱を探して食べようと思っている」というような思考ができるようになります。イメージの世界も広がり、仲間関係を育てるごっこ遊びなどが頻繁に現れるようになります。自分と他者の存在が違うこと（一般的に）を理解し、他者の喜怒哀楽の感情を想像できるようになるためには、さまざまな体験が幼児期に必要です。一方、仲間とかかわるとは、ときに拒否・無視という体験も増えることにもなります。また、「ホンネ」と「タテマエ」のような二重性の理解は、小学生になってから、さらに、養老孟司氏のいう『バカの壁』、つまり「自己と他者との間の本質的に越えがたい溝」の理解は、もっと先です。

【参考文献】

渡辺弥生「豊かなコミュニケーションを育てる実践」

麻生 武「コミュニケーション力はどう発達するか」

（『児童心理』2005年7月号・2003年10月号臨時創刊所収）

移動児童館のおしらせ

ぐんまこどもの国児童会館では、県内各地域に出かけ、地域の子供達と一緒に遊ぶ移動児童館事業を実施しています。利用案内は下記の通りです。

● 利用対象

- ① 県内の児童館・児童センター
- ② 県内の公民館や母親クラブ、子ども育成会等、児童健全育成を目的とした団体(学童クラブや育成サークル、子育てサロン等を含みますが、学校や保育所、幼稚園は除きます)

● 利用期間

原則として4月1日から翌年3月31日まで(児童会館の休館日、特別事業期間中は除く)

● 利用時間

午前10時30分から午後4時までの間の1～2時間程度

● 実施プログラム

造形遊び、科学遊び、集団遊び、親子遊び、鑑賞事業等

● 申込方法

希望月の3ヶ月前から受け付けます

● 利用料金

無料(ただし、プログラム内容により材料費をいただく場合があります)

● 問い合わせ・申し込み先

ぐんまこどもの国児童会館 移動児童館担当へお電話ください



オオタカ、見たよ!!

野鳥ウォッチング

ぐんまこどもの国児童会館は自然豊かな「金山総合公園ぐんまこどもの国」の中にあります。お天気にもめぐまれた3月11日、石松さんを始め日本野鳥の会群馬県支部太田分会の4名の方の案内で、公園をめぐるスペシャルサイエンスショー「野鳥ウォッチング」が開催されました。

始めに子ども達はハイビジョンシアターで主な野鳥の説明を聞いた後、自分が見たい鳥の絵を見本を見ながら描きました。皆、絵を描くことによって、その鳥の特徴を良く捉えられたようです。

児童会館をですぐに空を飛ぶチョウゲンボウに迎えられ、子ども達は大喜び。肉眼で飛んでいる姿をみたり、望遠鏡でははっきりと木にとまった姿を見ることができました。この日はほかにモズやカケス、公園の池ではカモやカイツブリなどを望遠鏡で観察しました。また、全員静かに落ち葉の上に座り、耳を澄まし、カケス、シジュウカラ、ヒヨドリなどの鳥の声を聞きました。この日はオオタカも現れ、一同の頭上を白いお腹をひらめかせ何度も旋回して高く消えてゆきました。

同会の金谷さんの話によると、こどもの国では1年を通じ約100種類の野鳥が観察できるそうです。今年の初秋には、秋から冬の「野鳥ウォッチング」も計画中です。今回と違った種類の鳥も見ることができますので楽しみに。



親子でガムやおそばづくり 食育探検隊「親子一緒にクッキング」

こどもの国の食育月間にちなみ、1月29日と2月4日の2回に分けて実施した食育探検隊では、9組の親子が参加してくれました。

1日目はゲーム形式で食べ物の知識や県内の特産物などを学びました。また、この日は小麦粉からグルテンを取り出して、ガム作りに挑戦。大人も子どももガムが自分で作ることができてびっくり!各自砂糖や粉ジュースなど思い思いの味付けをして楽しんでいました。

2日目、参加者は各自東毛少年自然の家に集合し、そば打ち体験を行いました。

そば粉を引く体験では、子ども達は初めて見る石臼に興味津々。また、どの家族も奮戦した甲斐があり、失敗することなくそばを打ちあげることができました。その後の食事会では、おのおの力作を堪能し、少し多めに打ちあがったので家族にお土産として持ち帰りました。

探検隊に参加した親子は、食品ができあがる過程を驚きを持って体験したことによって、「食」についての関心が深まったようです。今回参加できなかった皆さんも、親子で料理に挑戦してみませんか。今まで食べ残しがあったお子さんも自分の作った料理はきっと残さず食べられると思います。ぜひ、親子でたのしく「食」にふれてみてください。



こどもの国無料貸出 自転車のお知らせ

東武三枚橋駅前からぐんまこどもの国への来園者へ、自転車の無料貸出しを行っています。

設置場所: 太田市鳥山下町642-3(三枚橋駅東側)

利用期間: 4月～11月までの、土・日・祝日と群馬県民の日(10/28)

利用時間: 9:00～17:00
(17:00までにならず返納)

利用年齢: 小学校4年生以上

※小学生は保護者の了解と、中学生以上は身分を証明できるものを確認させていただきます。



● 詳しくは、下記までご連絡ください ●

太田市役所 花と緑の推進課
TEL(直通) 0276-47-1840

三枚橋無料貸出自転車管理事務
TEL 0276-25-6160(貸出日のみ)

編集後記

今年度から新しく指定管理者制度が導入され、私たち財団法人群馬県児童健全育成事業団が指定されました。気持ちも新たにがんばっていききたいと思います。これからもよろしくお願いたします。