

ぐんまこどもの国児童会館

にこっと通信

nicotto tsu-sin!



にこっちゃん

2007. 1 .15

第16号

発行／
ぐんまこどもの国児童会館



あけましておめでとうございます。

今年は亥年。ぐんまこどもの国児童会館もフルパワーで、みなさんに楽しい催しをご提供します！ 今年もよろしくお願いいたします。 スタッフ一同

スペースシアター

プラネタリウム番組



上映期間:

平成18年12月16日(土)～

平成19年6月24日(日)

土・日・祝日 14:30から

ある日、古びたランプを手に入れたアラジン。ランプをこすると中から魔神があらわれて…。世界の名作と美しい星空をプラネタリウムでお楽しみください。

■ 大人気上映中
幼児番組

それいけ! アンパンマン
～星空をかえせ～

平日 14:30～

土・日・祝日 13:00～

こども観劇会

演劇集団 未踏「未踏の大ひょ～げんをめざせ」

山奥に住むえらい行者様、魔法を教わろうとやって来た都の男と女が、覚えた魔法を使って大騒動を巻き起こす、新狂言「くまわらう」と、子ども達も参加できる「大ひょ～げんをめざせ」の2部構成で贈る、楽しい舞台です。(内容は小学生以上向けです)



- ◆ 開催日 3月18日(日)
 - ◆ 時間 13:00～14:20 15:00～16:20
 - ◆ 会場 多目的ホール ◆ 定員 300名(先着順)
 - ◆ 観覧料 無料 ◆ 観覧方法 当日、直接会場へお越しください。
- ※詳細はお問い合わせください。

児童健全育成講演会 「インターネット時代の子育て・教育～児童館の役割～」



群馬大学社会情報学部大学院教授の下田博次氏をお迎えし、子ども達にメディア(ゲーム、パソコン、携帯電話等)をどう与え、指導していけばよいかを考えるセミナーを開催します。

- ◆ 開催日 2月28日(水) ◆ 時間 13:30～15:30 ◆ 会場 多目的ホール
 - ◆ 対象 児童健全育成関係者及び一般 ◆ 定員 300名
 - ◆ 事前申込 1月17日(水)から、お電話か直接来館してお申し込みください。
- ※託児を行います(先着20名)。詳細はお問い合わせください。 ◎一般の方もぜひどうぞ。

休館日

1月… 9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月)

2月… 5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

3月… 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)

お問い合わせお申し込みは



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/~kodomoo1/>

お母さんのリフレッシュタイム 『ヨガ・ストレッチでリフレッシュ』



12月8日に行われた「お母さんのリフレッシュタイム」では、栃木県足利市に在住で、山田リズム体操クラブに所属する、篠史美先生を講師に迎え、ツボを押したり、ヨガの動きを取り入れたストレッチで、ゆったり気持ちの良い時間を過ごしました。

ここでは、その時に教えていただいた、家庭でも簡単にできるストレッチをご紹介します。ストレッチを続ける事で家事に育児に疲れた体をリフレッシュして、しなやかな体を作ってくださいね。

まず、息を深〜く吸いながら手のひらをこすり合わせ、じんわり暖まったら、その手のひらを肩にあてます。この時は、息を細く長〜く吐きながら。手のひらの暖かみが伝わって、肩こりが楽になります。同じく手のひらをこすって、お腹にあてる、腰にあてる、目にあてる…等、自分の辛い体の場所に手のひらをあてましょう。また、お子さんにもお母さんがやってあげると、症状が良くなっていきます。いわゆる「手当」ですね。

次に、あぐらなどの楽な姿勢で、手を使って、5本の足の指の間を広げていきます。そして、一本ずつ足の指をもみ、最後に第2の心臓と言われる足の裏、特に万能のツボと言われる「湧泉」^{ゆうせん}をじっくり押しましょう(図1)。



(図1)

朝起きてまず5分間、両足やってあげることで、体が暖まり体調が全く違ってきます。「お母さんは、朝起きたらすぐに家族のために働いています。自分の事が一番最後になってしまうお母さんですが、朝5分だけでも自分のために使えるといいですね」と篠先生。

でも、「その5分がとれない」お母さんが多い事も現状です。そんな方には、『死体のポーズ』を。布団に入って、8秒位かけて鼻から深くゆっくりお腹に息を吸いこみ、今度は10秒かけて口から細く長く息を吐く、腹式呼吸を何度か繰り返します。呼吸によるお腹の膨らみや縮みを感じながら、全身の力を抜いてリラックスです。宇宙の中を漂うようなイメージを持ちましょう。熟睡すること間違いありません。この腹式呼吸を生活の中に取り入れるだけでも、違ってくるでしょう。

お子さんを抱っこすることの多いお母さんの腰痛予防には、右足を前にあぐらをかいて座り、腰が浮かないように上半身を左に倒していきます。倒すときは息を「ふ〜」とゆっくり吐きながら。その反対側も同じように行います(図2)。



(図2)



ストレスが多いお母さんには「こどものポーズ」を。正座をし、上半身をゆっくり(息は「ふ〜」)と前に倒していき、おでこを床に付け、手の平を上にして腰の横に伸ばします(図3)。



(図3)

そのままゆっくり呼吸を続けます。情緒が安定してきます。

ストレッチというと「準備体操」と思いがちですが、使っていない固まった筋肉を気持ちよくほぐして、しなやかな体を作るために行う運動です。お風呂上がりで筋肉が暖まっている時に行うのが一番効果的だそうです。「こうしなければならぬ」ではなく「ここまでやったら気持ちいい」と、自分の体と対話をしながら、続けてみてくださいね。しなやかで心も体も素敵になっている、10年後の自分を想像しながら…

子どもの虐待

—その発見と初期対応—



子どもへの虐待がテレビや新聞などのマスコミで取り上げられ、深刻な問題となっております。

虐待により子どもが死亡することも稀ではありませんし、脳障害など永続的な障害になることもあります。また身体の傷は癒えても心の傷は、容易に癒すことはできません。

その背景には、育児を困難に感じる親が多くなっていること等が考えられ、子どもを大切にしたいはずの人が虐待をしてしまう人になりやすい現実があります。

虐待の種類は、次の4つに分類されます。

○身体的虐待

子どもに苦痛を与えたり、外傷(打撲傷・あざく内出血・骨折・火傷)を与えたり、生命に危険を及ぼす暴力(殴る・蹴る・投げ落とす・タバコの火を押しつける)のことです。

○ネグレクト(不適切な養育、放置、保護の怠慢)

適切な栄養を与えない(食事を与えない)、極端に不潔なままにする(入浴をさせない)、学校に登校させない、病気になっても医者診察を受けさせない、家に監禁・乳幼児を家や車に放置するなどです。

○心理的虐待

言葉による脅かしや拒否的な態度などで、心理的外傷を与えたと思われる行為のことをいいます。

心理的外傷により、子どもには、不安・おびえ・うつ状態・無感動・無反応などの精神症状が表れます。

○性的虐待

性的行為を強要すること。父親(実父、継父)が娘を対象にすることが多くみられます。

虐待に早く気づくには

虐待に気づいたときどうしたらよいか、虐待に気づくためのポイント、虐待が疑われる背景に目を向けていきましょう。

虐待は、家族という密室で起こる出来事であり、また家族の私的な問題と片づけられがちのため、一般の人々には、関与しにくい問題と捉えられがちですが、地域の身近な家族や子どもの状態に、次のようなことがないか気をつける必要があります。

<近所の家族について>

- ☐ 毎晩、子どもの泣き声が聞こえ長時間に及び、限度を超えていると感じられる
- ☐ 親が大声で子どもを怒鳴ったり叱ることが日常茶飯事にあり、その声が限度を超えていると感じられる
- ☐ 小さな子どもが、夜でも外を歩き回り、衣類やオムツもろくにかえていないようである
- ☐ 夜遅くまで親が帰らず、年齢の低い子どもたちだけで夜を過ごしているようである
- ☐ 親が地域から孤立しており、全く近隣との交流がなく、子育ても独特のようであり、子どもも仲間になじめないでいる
- ☐ 親が子どもをひどくぶったり、近寄る子どもを投げ飛ばすような行動をしている
- ☐ 経済的困窮があり、親にも心身の病気があるようであり、子育てができていないのか気になる

<子どもの状態について>

- ☐ 夜、何時間も外に出され、家に入れられないでいる
- ☐ 顔や腕、足にあざをつくっていることが多くみられる
- ☐ 衣類がいつも同じであり、皮膚や頭髮が汚れている
- ☐ 学校にいく姿をあまり見かけない
- ☐ 近所の家の鍵を壊すなど、悪質ないたずらを重ねたり、近くのスーパーで万引きを重ねている

以上のような事がいくつか重なっている場合は、虐待の可能性を考える必要があります。

虐待を疑って、それが間違いであっても許されます。

この疑問のために、行動を起こさずに子どもを危険から守れない方が問題です。気づいた人が動かないと、子どもを守れません。地域の青少年補導員、民生・児童委員、主任児童委員、児童相談所、福祉事務所などにご相談ください。

《参考文献》

「子ども虐待」財団法人母子衛生研究会

ぐんまこどもの夢大賞 第15回



「ぐんまこどもの夢大賞」は、児童文化の振興を図る目的で、群馬県と当児童会館の運営主体である財団法人群馬県児童健全育成事業団の共催で毎年行っています。今年は18歳未満を対象とした絵画と、小学生以上18歳未満を対象とした童話の2種目を夏休みに合わせて募集を行い、絵画5,619点、童話397点というたいへん多くの皆様から作品をいただきました。

審査の結果、絵画は最優秀賞3点、金賞15点、銀賞25点、銅賞39点、奨励賞102点が、童話は最優秀賞1点、金賞2点、銀賞6点、銅賞6点、奨励賞9点が入賞しました。

ここでは、最優秀賞を受賞したみなさんの作品とインタビューを紹介します。

インタビュー内容

- | | | |
|---------------|-------|--------------------|
| ①受賞を知ったときの気持ち | ②制作時間 | ③どうしてこの作品をかこうと思ったか |
| ④次は何を描きたい？ | ⑤将来の夢 | ⑥保護者のことば |

絵画



館林市 富士幼稚園 5歳

いなば たかや
稲葉 天哉くん

「昆虫博士になりたい」



①うれしかった。

②すぐにかけた(本人は「2分!」とのことです)。

③昆虫がだいすきだから。ヘラクレスとか、カブトとか。

④飛行機・ステルス戦闘機とか。

⑤昆虫博士。

⑥もう、びっくりしました。絵を描くのが好きでロボットや恐竜、魚など何でも描いています。特に昆虫は大好きで、クワガタやカブトムシなど自分で捕ったり、図鑑で調べたりして描いています。

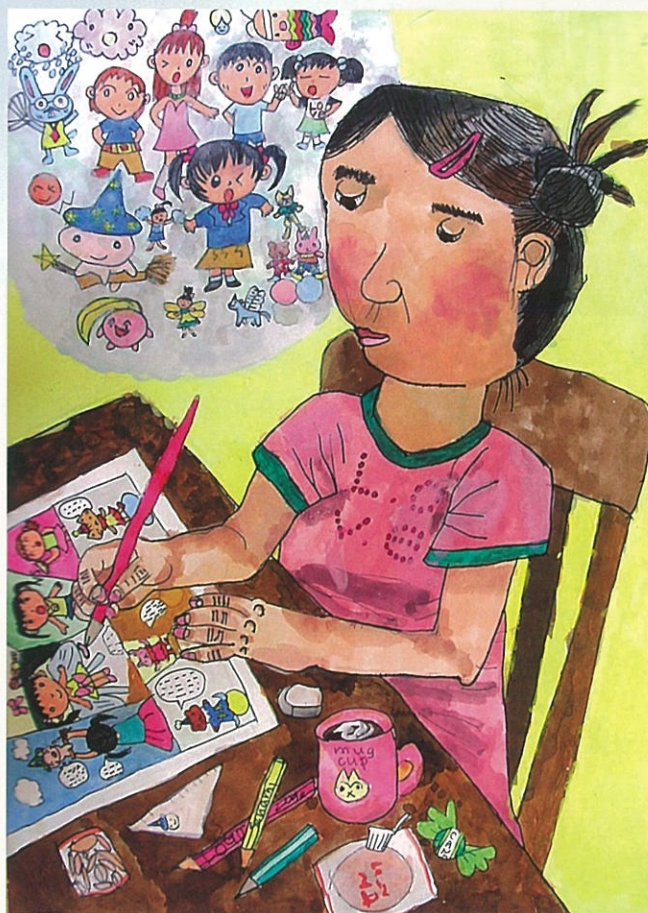


ぐんま国際アカデミー
2年

にした せなみ
西田 青波さん

「絵が大好き」

- ①びっくりしました。
- ②1週間くらいかかりました。
- ③絵を描くのが好きだから。
- ④庭に咲いているアジサイを描きたい。
- ⑤やっぱり漫画家になりたい。
- ⑥賞をいただいてびっくりしました。
絵はよくかいています。漫画は描くのも読むのも大好きで、家にたくさんあるんですよ。



太田市立沢野小学校 6年

なかざわ れお

中澤 玲王くん

「サンゴの住める美しい海を守っていきいたい!!」

- ①びっくりして、うれしかった。
- ②2〜3週間。
- ③家族旅行で行って以来、大好きになった美しい沖縄の海。今年の夏は6年だし最後だから、沖縄の海について色々な媒体から調べていきました。沖縄の海はやっぱりきれいだったけれど、オニヒトデを見つけた。オニヒトデは2つに切ったら2匹になり、3つに切ったら3匹になります。そして、オニヒトデのエサはサンゴです。きれいなサンゴをダメにしてしまうのは人間だけでなく、オニヒトデもいるんだと気づいてとてもショックを受けました。
- ④まだ、わかりません ⑤まだ、わかりません



- ⑥8月最初に海に行ってから、宿題提出の前日までずっと描いていました。海の色、特に光っている感じが、うまく出せなくて苦労していました。ぬってはいし、ぬってはいして仕上げました。
- 普段ほとんど話さない、無口で恥ずかしがり屋なので、絵などで表現しているのでしょう。毎年描きたいものがたまっているようです。
- 社会に役立つ人になって欲しいです。ずっと続けている剣道の先生から、「社会や周りの人の役に立つ人になるために剣道をやっているんだよ」と諭されたことが心に残り、影響しているようです。

童話



高崎市立金古小学校 4年
ほりぐち ももこ
堀口 百子さん

- ①びっくりした。
- ②夏休み中の2日間。
- ③小さい頃の話をお母さんから聞いてそれを童話にしてみました。お花を見るのが好きです。
- ④これから考えます。
- ⑤小学校の先生になりたい!音楽と体育が私の好きな科目です。あと読書も好き。

⑥本人が幼い頃毎日していたことで、経験したことをただ書いていただけだったので驚きました。本人から童話を書きたいと言いました。童話というより作文的に書く方が書きやすいのでは?と助言しました。

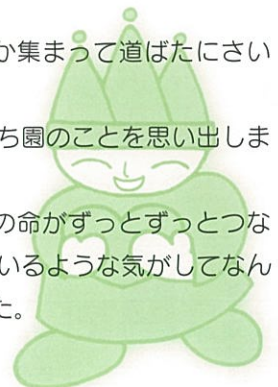
「さくらちゃんのたんぽぽようち園」

さくらちゃんは三才、三りん車に乗るのが大好きな女の子です。
さくらちゃんの家族は南町のマンションの九階に住んでいます。
今日は四月の晴れた日、マンションのまどには太陽の光がまっすぐに入ってきてぽかぽかしています。
お母さんはせんたくものをしたり、お姉ちゃんをようち園のバスまで見送りに出たりいそがしそうです。
さくらちゃんはだんだんつまんなくなってきました。
まどの外を見るとお姉ちゃんを乗せたバスがちょうどコンビニの角を曲がるところです。
「あーあ、お姉ちゃんはようち園へ行けていいなあ。」
とさくらちゃんは一人ごとを言いました。
さくらちゃんはだんだんつまんなくなってきました。
お母さんに言いました。
「お父さんは会社へ行っちゃったし、お姉ちゃんはようち園へ行ったし、さくらはどこへ行くの。」
とちょっとおこりっぽく言いました。
するとお母さんは
「じゃあおふとんがほせたら、いっしょにおさん歩しようね。だからちょっと待っててね。」
するとさくらちゃんは大きな声で
「うん。」
と返事をしました。
少ししたらお母さんは用事をすませて出かけることにしました。
さくらちゃんは待ちきれなくてげんかんで赤い三りん車を持って先に待っていました。
エレベーターで一階までおりてマンションから出るとさくらちゃんはすぐに赤い三りん車に乗りました。
元氣よく三りん車をこぐと左手にコンビニが見えました。

そこを右に曲がると車屋さんが見えます。
さくらちゃんの三りん車と同じ赤い色の車もピカピカにみがかれてたくさんのお車といっしょになっていました。
車を見ながらちょっとゆっくりこぎました。
その次の建物は漢字でかん板が書いてある白い建物で中の様子は見えません。
「このおうちは何屋さん。」
とさくらちゃんがお母さんに聞くと
「せっこつ院と言うところで体のほねのぐあいが悪い人が行くところだよ。」
とお母さんは言いました。
せっこつ院の角を曲がって細い道に入りました。
その細い道を曲がるとそこは公園に続く道です。
遠くに黄色い何かが見えます。
さくらちゃんは
「あそこに何かあるよ。」
と言うと三りん車をいきおいよくこぎました。
近づくとそれは空地にさいた小さな黄色い花の集まりでした。
さくらちゃんは
「黄色のお花だ。」
と言うと三りん車からおりて近よりました。お母さんが
「この花はたんぽぽと言う名前だよ。」
と言いました。
さくらちゃんはそのかわいらしいたんぽぽが大好きになりました。
そこでさくらちゃんは三りん車のかごがいっぱいになるまでたんぽぽをつみました。
「たんぽぽさん、いっしょにおうちに行こうね。」
と言うとうれしくてウキウキしてまた三りん車をこぎました。
公園が目の前に見えてきました。
さくらちゃんはすぐに家に帰るつもりでしたが公園の前に来たら

「さくらちゃん、今日も遊ぼうよ。待ってたよ。」
とブランコさんとすべり台さんが声をかけました。
さくらちゃんはとうとうかなあともよったけど少しだけ公園で遊ぶことにしました。
それから遊んだので帰ることにしました。
マンションまでつくとげんかんに三りん車を運びました。
「たんぼぼさん、おうちに着いたよ。」
と言ってかこの中のたんぼぼを出そうとしたらもうたんぼぼは元気がありませんでした。
そしてさくらちゃんはお母さんに
「元気がないよ、たんぼぼさん…。」
と言いました。
するとお母さんは
「さくらが公園で遊んでいる時ずーっと外にいたからつかれちゃったんだよ。やっぱりたんぼぼさんは空地にずっといるほうが気持ちがいいんだよ。」
と言いました。
次の日、さくらちゃんは空地が気になってまどから遠くの様子を見ました。
すると今日もたんぼぼはたくさんさいていました。
「わぁーいっぱいさいている。」
と言うとお母さんが
「風にゆれているたんぼぼたちが黄色いぼうしをかぶったようち園の子みたいにみえるね。」
と言うとさくらちゃんが
「あっそうだね。じゃあたんぼぼようち園だね。じゃあさくらもたんぼぼようち園へ行く。」
と言うとげんかんで赤い三りん車を持ってお母さんをいそがせました。
きのうとまた同じ道じゅんでさくらちゃんは三りん車をこぎました。
お母さんが
「さくらも行くところができてよかったね。」
と言いました。
たんぼぼようち園に着きました。
風にゆれるたんぼぼがまるで歌を歌っているように見えたのでさくらちゃんも歌いだしました。
さくらちゃんは「こいのぼり」の歌や「チューリップ」「おもちゃのチャチャチャ」などを歌いました。
「今日はたんぼぼさんをつまないよ。」
と言うとさくらちゃんはさようならをしてたんぼぼようち園を出発して家に帰りました。家に帰ると
「あしたもたんぼぼようち園に行くよ。」
と言うとお母さんは
「またあしたも行こうね。」
と言いました。

何日も通ったある日朝から雨がふっています。
さくらちゃんがまどからたんぼぼようち園を見てもたんぼぼたちの黄色い色は見えません。
「お母さん、たんぼぼさんはどうしちゃったのかなあ。」
と言うとお母さんは
「たんぼぼさんは雨がふっているときは花が開かないでおやすみしているんだよ。」
と教えてくれました。
するとさくらちゃんは
「たんぼぼようち園は今日は、おやすみだね。」
と言いました。
何日かすぎた晴れた日さくらちゃんはまだお母さんといっしょにたんぼぼようち園へ赤い三りん車に乗って行ってみました。
すると黄色いぼうしのたんぼぼようち園の仲間たちはまあくくて白くてふわふわのぼうしにかわっていました。
さくらちゃんは
「黄色いぼうしなくなっているよ。」
と言うとお母さんは
「年長さんになったのでぼうしがかわったんだね。」
さくらちゃんとお母さんが白いぼうしを見ていると風がヒューンとふきました。
すると白いぼうしは細かく分かれてとんでいきました。
さくらちゃんは
「どこへ行くの。白いたんぼぼさん。」
と心配になって大きな声でさげびました。
お母さんが
「さくら、心配することないんだよ。たんぼぼは白い種がとんでいってどこかへおちてまた春が来るとどこかで花がさくんだよ。」
と教えてくれました。
さくらちゃんは
「たんぼぼさん、さようなら。また会おうね。」
と言いました。
さくらちゃんはたんぼぼをつんで口でフーッと息をして種をとばしました。
それからすこしたってさくらちゃんは遠い町へひっこし、今はもう六年生です。
学校の帰り道、たんぼぼがいくつか集まって道ばたにさいているのを見つけました。
さくらちゃんは急にたんぼぼようち園のことを思い出しました。
そして、あの時の黄色い仲間たちの命がずっとずっとつながって今ここにたんぼぼがさいているような気がしてなんだかあったかい気持ちになりました。



「消防訓練を実施しました」



消火器訓練



水圧が強いので3人で…

平成18年11月17日朝、ぐんまこどもの国児童会館では火災発生時の予防と、火災が起きた時の安全確保・拡大防止のためにスタッフによる消防訓練を行いました。

訓練はまず“児童会館3階湯沸室から火災が発生し、煙が充満して被害が拡大する恐れがある”という想定のもとに、初期消防訓練からスタート。火災報知器のブザーが鳴り、出火確認をした後、非常放送の指示にしたがって来館者の避難誘導・救護・危険物の安全対策・初期消火など、それぞれ決められている担当用務をすみやかに、館内の無人を確認してから最後は全員公園へ避難しました。実際に消防署への通報も行い(事前に訓練実施の連絡をしてあります。)本番さながらの真剣さ！

次に専門員の指導のもと、3階の救助袋の実技訓練を行いました。児童会館にある中が、らせん状になっている救助袋は手で袋内の縫い目を持ちながら下りると上手く降りられる、との具体的なアドバイスをもらい、次々と脱出する職員。続いて消火栓・消火器を実際に使用して、取り扱い方法を確認しました。

この消防訓練は、万が一に備えて毎年必ず行っています。たくさんの子ども達が遊びにきてくれる児童会館、みんなが安心して遊べるようにこれからもスタッフ一同、災害予防に取り組んでいきたいと思ひます。

子育て伝言板 ～プレイルームから～



今年の4月から、2階プレイルームに「子育て伝言板」を設置しました。「子育て伝言板」って？と思う方もいるかと思いますが、イメージは“生協の白石さん”です。ただ、この伝言板は、質問者も回答者もプレイルームを利用するお母さん達です。

子育て伝言板は誰でも自由に利用できます。子育てで悩んでいること、普段なかなか相談できないこと、他のお母さん達に聞いてみたいことなどを紙に記入し、コルクボードにはると、それを見たお母さん方が色々なアドバイスを記入し、コルクボードにはてくれます。毎回、みなさんの経験をもとにしたアドバイスや元気がでるアドバイスがはられていて、心が温かくなります。

顔や名前は知らない者同士ですが、この伝言板をとおして、みんなで子育てを支え合っていけたらステキだなと感じています。また、お母さんだけではなく、おばあちゃんの知恵や、お父さんから見た意見などもどしどしお待ちしております。

現在までたくさんの利用があり、今までの伝言はファイルにまとめられ、自由に閲覧できるようになっています。

ぜひ、プレイルームに遊びに来た際には、「子育て伝言板」をご利用ください。

簡単！スイートぽてとプリンづくりかた！

昨年11月30日(木)、2才から就学前の子どもと保護者を対象に、「～楽しい食事は元気のもと～ 簡単！スイートぽてとプリン」を、開催しました。

今回は、電子レンジを使って、小さな子どもでもお母さんと一緒に簡単に作れる、このプリンの作り方ををご紹介します。ぜひ、お家でお子様と一緒に作ってみてください。

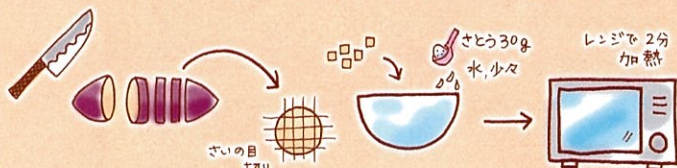
材料(約2個分)：

さつまいも50g・砂糖40g・卵1個・牛乳150cc・バニラエッセンス2滴

づくりかた

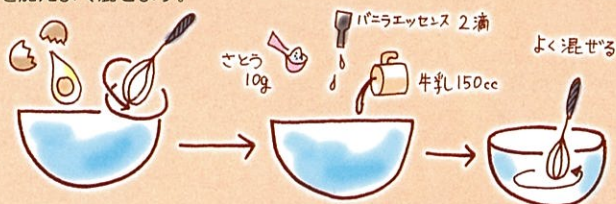
1.<さつまいもの下ごしらえ>

さつまいもを、さいの目にして砂糖30gと水少々をかけてレンジで加熱(2分)※レンジのメーカーによって、加熱時間が異なります。



2.<プリン液をつくります>

ボールに卵を溶いて、砂糖10g・牛乳150cc・バニラエッセンス2滴を加えよく混ぜます。



3.マグカップにさつまいもを入れ、そこへ、プリン液を流し込みます。



4.ふんわりとラップをして、レンジ500wで3分半加熱します。その後、様子をみながら15秒ずつ加熱します。※レンジのメーカーによって、加熱時間が異なります。



5.表面が固まったら、成功!!冷蔵庫で冷やして、「いただきます」

※卵・乳等のアレルギーのある方はご遠慮ください。

編集後記

山道で猪の親子に出会いました。かわいい「うり坊」2匹を真ん中に守るようにして、親猪が前後を固め、一列で道を横切ってゆきました。か弱き者を守る動物の本能を、思い出そうよ！人間！