

にこっと通信

nicotto tsu-sin!



にこっちゃん

2007.7.15

第18号

発行／
ぐんまこどもの国児童会館



ありがとう!!!

600
万人達成しました!!!

夏の特別企画 こどもの国の魔法学校

～魔法に挑戦～

開催日 8月4日(土)～26日(日)
時間 10:00～16:30
会場 多目的ホール

夏休みだけど、休んでる場合じゃない?! こどもの国の魔法学校に入学しなきゃ!!
期間中多目的ホールに、魔法使いになるための修行コーナーや、不思議な魔法のへやが出現するよ。りっぱな魔法使いめざしてチャレンジしてね!!



スペースシアター

●プラネタリウム新番組

■一般番組

ポケットモンスター ダイヤモンド&パール
あつまれ! ポケモン・プラネットセンター
大人気上映中
平日(夏休み期間中のみ)上映13:00～、15:30～
土・日・祝日 14:30～
(夏休み期間は14:30～、15:30～)

■幼児番組

それいけ! アンパンマン
～12星座をすくいだせ～

上映期間 7月14日(土)から
平日 14:30～(夏休み期間中は11:00～)
土・日・祝日 13:00～

※夏休み期間 7/21(土)～8/26(日)

© Nintendo・Creatures・GAME FREAK・TV Tokyo・ShoPro・JR Kikaku © Pokémon



次世代を担う
子ども達が未来に
見る夢を募集します

ぐんま
こどもの
夢
大賞 第16回

部 門	絵 画	童 話
テ ー マ	「ぼくの夢、わたしの夢」	創作童話(テーマは自由)
規 格	四つ切画用紙(約39cm×54cm)	400字詰め原稿用紙10枚以内
対 象	18歳未満	小学生以上18歳未満
	いずれも群馬県内居住又は通勤、通学する方	

応募方法 所定の応募票を添付し、郵便または児童会館まで持参してください。

募集期間 8月1日(水)～9月9日(日)

その他 作品は未発表のものとします。応募作品は審査を行い各種目ごとに賞を設け、賞状等を贈ります。表彰式を11月18日(日)に行う予定です。

休 館 日

7月…2日(月)・9日(月)・17日(火)・23日(月)・30日(月)

8月…6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)

9月…3日(月)・10日(月)・18日(火)・25日(火)



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/>

子育てセミナー 「かわいいお口を大切に」

子育てセミナーは、子育て中の親、祖父母等子育てに関わる人を対象に様々なテーマを取り上げ、年間4回行われます。今回は6月8日に太田保健福祉事務所 歯科衛生士の戸間和子先生をお迎えして行われました、子どものお口ケアについてのお話を紹介します。

■1日1回お口チェックの習慣を

今回の参加者は0～2歳までの子をもつお母さん方。マット敷きの会場に座って和やかな雰囲気です。講義がスタートしました。

まず歯が生え始めのころのむし歯予防については、

甘いものを覚えさせないことが大切です。ほ乳瓶はミルク・湯ざまし・お茶を入れるもの、と決めて、清涼飲料水やイオン飲料などは日常的に与えないようにしましょう。かわいい歯を守るためにはお母さんお父さんだけでなく、おじいちゃんおばあちゃんたちも含めて周りの大人たちの協力も大切です。

また、1日1回は明るいところで子どものお口の中を見てあげましょう。その時に歯の表面に白いすじ状の線を見つけたら、要チェック！「ホワイトスポット」とよばれるこれは、言わばむし歯予備軍。この段階で生活習慣の見直しをしてあげれば、まだ歯医者さんのお世話にならなくても大丈夫。むし歯予防には生活リズムが深く関係します。早寝早起きをして規則正しい生活を心掛けましょう。

■スキンシップを大切に

1人のお母さんの「(歯みがきを)嫌がるんです…」の言葉に同意して「うん、うん」と頷く周りの参加者。歯みがき嫌いで大変！は皆さん共通の悩みなんですね。先生がおっしゃるには「抵抗しないのは100人に1人くらい。おとなしくさせてくれる方が希少価値。」との事。そこで、実際に歯ブラシを使いながらいくつかの歯みがきポイントを教えていただきました。まず最初は、歯みがきのタイミングは1日何回と決めず機嫌の良い時にいつ行ってもOKです。歯みがき前には遊びながらお顔やお口の周りをたくさんさわってあげて、スキンシップをとりましょう。楽しい雰囲気作りがとても大切です。そしてお水をつけた歯ブラシをお箸を持つようにして軽く持ち、磨くというよりは“ちょっと洗い流す”くらいの気持ちで力を入れずに小刻みに動かします。また、下の前歯は汚れにくいので、上の歯から中心に磨きます。



リズムカルに「123…」と10まで数えながら、なでるように軽く歯ぐきにも半分かかるようにして歯と歯の間、歯のつけ根を磨くのもコツです。

また、歯ブラシを2本用意して1本はお子さん専用にして歯ブラシに慣

れさせてあげましょう。必ず大人の目が届いている時に持

たせて自由にカチカチくわえさせます。もう1本は仕上げ用としてお母さん専用に使います。乳歯の下には永久歯が育っています。乳歯を大切にするこの頃の習慣が実は将来のむし歯予防、健康な体への土台になっていくのです。



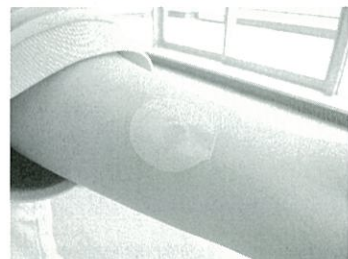
リズムカルに10数える



自由にカチカチくわえさせる

■8020 (ハチマルニイマル) 運動

今回は先生がお母さん用にと、むし歯菌テスト(RDテスト)を用意してくださいました。パッチに唾液をつけ15分置いて赤に変色した方は歯医者さんへ行きましょう…という事で皆さん少しドキドキしつつも何だか



RDテスト…体温で15分
あたたため結果を見ます。

楽しそうにテストしていました。子育て中は何かと自分の事は後回しにしてしまいがちなお母さん方。忙しさやストレスからお口の状態があまり良くないお母さんもいるのでは？でも実は、周りの大人たちが良いお口をしていることが、子どもの良い歯のためにはとても大切。むし歯って感染症なのです。そこで、お母さんも自分のお口チェックをしてみましょう。やり方は簡単、唇をめくって唇の裏側と歯ぐきの色を比べてみましょう。同じピンク色なら大丈夫、歯ぐきの方が赤くなっているようなら炎症を起こしているかもしれません。おかしいかな、と思ったらかかりつけの歯医者さんへ行ってきちんと見てもらいましょう。

「8020 (ハチマルニイマル) 運動」という言葉を聞いた事がありますか？健康な自分の歯が20本以上残っていると不自由なく食事を楽しむことができることから、80歳まで20本の歯を残そうという運動です。お子さんのかわいいお口とともに、家族みんなの歯も大切にしましょう。健康な歯でみんな楽しくおいしく食べることは、毎日の元気のもと！ですから。



忙しすぎる子どもたち

—過剰な忙しさがもたらす心身の問題—

忙しいということと、急ぐ、急がされるということは、違うという確認をしましょう。

急ぐ理由は大きく分けると、はやる気持ち（早くその場に行きたい気持ち）に由来する場合と時間からやってくる場合とがあります。これに対し忙しいという言葉は、急ぐと異なり行動を伝える概念ではなく、こなさなくてはならない仕事、カリキュラムがたくさんあって、それを消化しなければならないことです。

忙しすぎる状態とは、自己の消化能力をフル回転させても追いつかない状態か、あるいはフル回転させている状態が限界を越えている状態をいいます。

<過剰な忙しさが心身にもたらす影響>

子どもの脳は、出生時重さは400 gと未熟で年齢とともに神経線維が絡み合って成長し、3歳で1000 gに達します。

10代では、大人の脳の重さの1300 gに近づき、25歳を越えるまで脳は成長しています。

脳の順調な発達には、栄養が不可欠であり①十分な食物摂取、②十分な睡眠、③安心したリラックスできる環境、④拘束感の少ない状態で好奇心を満たす探索行動が自由でできること、⑤興味あることに十分没頭できること、⑥五感（特に聴覚・視覚）への過剰な刺激のない環境、⑦要求・欲求を自由に表現できる状況、⑧その要求に適切な対応がなされること等の要件があります。

この8つの要件が満たされるとき、脳の栄養状態は良好で順調に発育するのです。

発達途上にある子どもの脳は栄養失調になりやすく、五感は一層強く刺激にさらされ消耗していく。脳は疲れ消耗すると、興奮し、目の前の状況を正確に認識することができなくなります。

子どもたちの示す初期症状は、心身症のような身体不調を起こすことが多く、頭痛、腹痛、歯痛、皮膚炎、呼吸困難、過呼吸発作、吐き気、嘔吐、多汗、冷汗、発熱、失神、食欲不振、過食、頻脈、便秘、抜毛、脱毛、集団恐怖、対人恐怖、外出恐怖、不潔恐怖などです。行動で表すものは、万引き、放火、盗み、暴力、自傷などがあげられます。

キレル、ひきこもる等の子どもの姿に接したら、まず「五感が消耗し、脳が混乱しているのだ」という理解が必要です。

誰でもこんなに小さくとも、自分自身を必死に守ろうとするものですから、子どもたちの発する否定や要求に対して、注意深く耳を傾け、受け入れることが大切になります。

●無気力・意欲喪失

急速に効率化していく現代社会においては、家庭も子どもを「ゆっくり育てる」場ではなくなり、学校も地域社会も「ゆっくり豊かに生きる」ゆとりを失いつつあります。

増え続ける一方の不登校の子どもたちの中にも、体の発達、給食を食べる、走る、着替える、学習の到達が遅いなどなど、成長、学習、身体能力、生活水準などで人より遅い、低いことによる劣等感が要因となっている子どもが、自らを守るために失速することでバランスを保っている子どももいます。

無気力・意欲喪失も、思春期の子どもたちの成長発達を支援するための兆しとしてとらえていけたらと思います。

●疲れを訴える子どもたち

疲れを訴える子どもが増えています。仕事をしているわけでもないのに疲れるなんて、単なる甘えや怠けではないのか等と言われて、確かに昔は考えられなかったことです。

「疲れている」と言える子どもはまだ良いが、多くの子どもは、疲れていることさえ自覚できずに頭痛や腹痛などの身体症状でだしてきます。身体のだるさや疲れを訴えたら、まず睡眠不足を考えて、塾や習い事などを制限して、十分な睡眠を与えましょう。パソコンやテレビゲームの使用が長時間にわたるときには、やはり健康への影響が心配になりますので時間を制限しましょう。

●こころが忙しい子どもたち

習い事もそんなにしていない、生活がそれほど忙しいわけでもなく、疲れる原因はそれほどないと思えるのに、疲れを訴える子どもがいます。その場合考えられるのが、精神的な忙しさであり、疲労です。これは気のきく、一を聞いて、十を知るタイプの子であり「これやっというね」と親から言われると忠実にきちんとやりこなしてしまうため、忙しく疲れてしまいます。

思春期以降になって、不登校や引きこもり、心身症、摂食障害になる子の中には、こういったタイプの子がいますので、こういう子には、必要最小限の指示しかしないようにしましょう。

<参考文献> 芹沢俊介「忙しすぎる子どもたち」

過剰な忙しさがもたらす心身の問題

(『児童心理』2004年6月号所収)

ありがとうございます!

去る6月2日(土)、ぐんまこどもの国児童会館が平成2年10月に開館して以来の来館者数が、600万人に達しました。幸運の600万人目は、太田市からお越しいただいた^{なはら ゆうと}榎原悠翔くん(3歳)です。この日はお母さんや、お友達の御家族と一緒に来館してくれました。

悠翔くんには、高木勉副知事から認定証と群馬県のマスコット「ゆうまちゃん」の大きなぬいぐるみが手渡されました。さらに、花束や当館のマスコット「にこっちゃん」のぬいぐるみと記念トランプなども贈られ、持ちきれないほどのプレゼントに、悠翔くんも思わずにっこり。お母さんも「ただ、びっくりの一言です」と感想を述べてくださいました。榎原さん御家族は年間5・6回、当館のこども図書室や多目的ホールのイベントなどを楽しんでいます。



ぐんまこどもの国児童会館 来館者数600万人達成

そして、600万人目の次の家族は、埼玉県から来館してくれた、坂本大輔くん(小3)3兄弟と御家族でした。こちらも700万人に向けての1組目として、記念品や花束が贈呈されました。

また、式典の後、先着600人の来館者にも感謝の気持ちを込め、記念品が贈られました。

600万人達成も、今まで来館して下さったみなさんのおかげです。これからも、ぐんまこどもの国児童会館スタッフ一同、みなさんのためにさらなる努力をしていきたいと思ひます。さて、次はめざせ700万人!! ……幸運の来館者はあなたかも?



紹介します

「太田子育て支援ボランティアネットワーク」



昨年の9月から、太田子育て支援ボランティアネットワークのみなさんと協力して、月に1回「子育てサロン」を開催しています。乳幼児と保護者を対象に、読み聞かせや手遊び・体操などを通じて、親子のふれあいや友達づくり、そして、お母さんのちょっとしたリフレッシュの時間となっていて、毎回、たくさんの方の参加があります。

太田子育て支援ボランティアネットワークは、平成15年9月に太田市周辺の子育て支援ボランティアのみなさんの研修や情報交換などを目的として設立されました。この中から支援の実践がしたいとの声が上がリ、できることからやるという観点で、平成17年度から本格的な活動を始め、現在約20名のメンバーが参加しています。

こどもの国での「子育てサロン」が活動のメインですが、依頼があれば、保育園や幼稚園などにも出向きます。また、ほかにメンバー自身の特技を生かし、講演会での託児や、命の大切さを伝える朗読活動など、各方面で活動しています。

太田子育て支援ボランティアネットワークのメンバーは、みんな明るく元気いっぱい!! しかも、子育て経験豊富な方々ですので、「心配だな…」、「こんな時どうしよう?」など、お母さんたちの声にも丁寧に相談にのってくれます。

まだ参加されていない方も、ぜひ、一度遊びにいらしてください。楽しい出会いが待っていますよ!

これからの開催予定

日程: 8月 8日・ 9月12日・10月10日
11月14日・12月12日・ 1月 9日
2月13日・ 3月12日(すべて第2水曜日)
時間: 10:30~11:30
会場: ぐんまこどもの国児童会館 3F第2研修室
対象: 0~4才児とその保護者
参加費: 無 料
お問い合わせ: 太田子育て支援ボランティアネットワーク
太田保健福祉事務所内 TEL0276-31-8241

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までにかならず返納)

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所 TEL 0276-25-6160

(貸出日のみ)

編集後記

一説によると大正後期に「ナツヤスミノトモ」という学習帳が発行されているそうです。もしかして、あの夏の日限定の「お友達」は、ひいおじいちゃんからの古いつきあい?!