

ぐんまこどもの国児童会館

ニコット通信

nicotto tsu-sin!



ニコットちゃん

2007.10.15

第19号

発行／
ぐんまこどもの国児童会館



夏の特別企画
「こどもの国の魔法学校」

「ファイトフェスティバル in 東部県民局」

日時 11月11日(日) 10:00~16:00

会場 ぐんまこどもの国児童会館・金山総合公園ぐんまこどもの国

群馬県東部地域よりぐんまに関わる全ての人が幸福になれるように、元気＝ファイトを発信します。「こころの絆」をテーマに、元気が出るイベントが盛りだくさん!!

ぐんまこどもの国児童会館の名物チーム「わっかない南中ソーラン踊り隊」の子どもたちも参加します。

- ・ダンス&ミュージックライブ
- ・ファイト映画上映会「ウソつき番長」「ひねくれ縁と星のパン」
- ・桐生からくり人形芝居出張公演・・・等

※イベントの詳細は、下記までお問い合わせください

群馬県東部県民局太田行政事務所

TEL 0276-32-2215

※当日のお問い合わせは、ぐんまこどもの国児童会館までお電話ください

主催：群馬県東部県民局 ファイトぐんま推進会議

入選作品展 ぐんまこどもの夢大賞 第16回

期間 11月18日(日)~12月2日(日)

会場 ぐんまこどもの国児童会館

3階ギャラリー・第1研修室(奨励賞以上の作品)

期間 12月6日(木)~12月10日(月)

会場 群馬県庁32階展望ホール(銅賞以上の作品)

ぐんまこどもの夢大賞は、絵画と童話の作品を毎年夏休み期間中に募集していますが、今年で16回を迎えました。これまで作品を書いてくださったみなさん、ありがとうございます。

そして今年もたくさんの夢あふれる作品を御応募いただきました。入選作品展を、最優秀賞、金賞、銀賞、銅賞、奨励賞に輝いた作品を当館で、さらに最優秀賞、金賞、銀賞、銅賞の作品を群馬県庁の展望ホールで開催します。子どもたちの自由で夢のある作品を、御家族で御覧ください。

スペースシアター

曜日	時間	9:40	11:00	13:00	14:30	
平日	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	
曜日	時間	9:40	11:00	13:00	14:30	15:30
土曜日	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影
日曜日	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影
祝日	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影	団体投影

●ブラネタリウム幼児番組

上映中

それいけ! アンパンマン ~12星座をすくいだせ!~

●ブラネタリウム一般番組

12月2日(日)まで

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

12月8日(土)から

ONE PIECE

~宇宙って おもしろえ! 星空島編~

ブラネタリウム 企画投影

爆走スターナイトライブ

ゆうせいじゅじゅ ~遊星寿々のDJブラネタリウム~

開催日 11月24日(土)

時間 15:00~16:00

18:00~19:00

会場 スペースシアター

定員 182名(先着順)

観覧料 無料

●10月23日(火)から事前申込

ぐんまこどもの国児童会館までお電話ください。

※整理券は、当日各回開始30分前からお渡しします。

ラジオのDJもやっている、日立シビックセンターの遊星寿々(ゆうせいじゅじゅ)さんによるDJ風の爆走星空解説!! いつもと違うブラネタリウムをお楽しみください。なお、一回目は幼児から小学生向け、二回目は大人の方も楽しめる内容となっています。

休館日

10月...1日(月)・9日(火)・15日(月)・22日(月)・29(月)

11月...5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)

12月...3日(月)・10日(月)・17日(月)・25日(火)

年末年始 平成19年12月29日(土)~平成20年1月3日(木)



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/>

「今日からできる楽しい子育て」

9月11日(火)の子育てセミナーでは、「チャイルドハウス ゆうゆう」の施設長である今井寿美枝先生をお迎えし、今すぐできる親子遊びや、子どもの生活習慣等についてお話をいただきました。内容を抜粋して紹介します。



●今回行った親子遊びを紹介します。

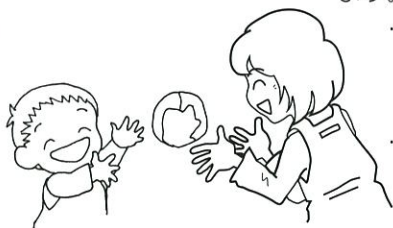
子どもと向かい合い、楽しみながら体を動かす工夫をしましょう。



- ・バスタオルに子どもを寝かせ、両端を大人が持って、左右にゆっくりゆさぶってあげます。
- ・床におろす時は、寝返りのできる子どもは片側に傾けながらおろしてみてください。



- ・新聞紙をちぎりっこしました。
- ・ちぎった新聞紙を両手で集め、子どもに降りかかるように上に投げあげると、子ども自身も投げられるようになり、歓声があがります。



- ・ちぎった新聞紙を集めて新聞紙でくるみ、ボールを作って遊びました。
- ・向かい合って投げたり取ったりのやりとり遊びも楽しめます。



- ・軍手人形遊びに挑戦しました。
- ・楽しく歌いながら手を動かしましょう。

- ・ぬいぐるみを使って握手！
- ・おうちにあるぬいぐるみを使って子どもとやりとりしてみましょう。



- ・こぶたぬぎつねこ。
- ・動物の顔の絵を見せながら一緒に歌いました。



※子どもが機嫌のいいときに一緒にあそぶと、親子間の親密さが一層深まります。

●子どもにとって大切なことは「眠ること」「食べること」「遊ぶこと」そしてお母さんの笑顔。

・遊ぶ

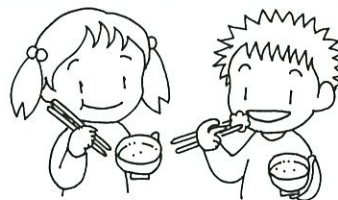
子どもの発達には順序性があります。赤ちゃんは、機嫌のいいときはうつ伏せにして遊ばせましょう。筋力が育ち、手先の器用な子どもに育ちます。また、筋力は体の上から下へ、中心から末端に向かってついていきます。遊びの中に這う運動を取り入れ、できた時は、お母さんがにっこり笑ってほめてあげましょう。

お母さんが一緒にうつぶせになったり、這ったりすると、子どもはもっと喜んで遊びます。



・食べる

人間の体は食事で作られます。朝食は日中の活力の源であり特に大切です。米のでんぷんは良質なので、朝食にはおすすめです。また、噛む回数が多いほど脳が育ち、頭の回転のよい子に育ちます。朝は早めに起こし、外気浴や散歩をすると、朝食がしっかり食べられるようになります。



・眠る

早く寝かせるためには早く起こしてあげることが大切です。「寝る子は育つ」といいますが、眠りは子どもにとっても大人にとっても大切です。眠らないと作れないホルモンがたくさんあります。小さい子どもほど睡眠が多く必要ですから、夜8時～朝6時頃までしっかり眠れるといいですね。楽しく遊んで、十分な睡眠がとれるようお子さんの生活リズムを整えてあげましょう。

・お母さんの笑顔

人間は、人間の“愛”で育ちます。お母さんの笑顔が子どもを育てるのです。小さなことでもほめて、認めてあげ、笑顔に向けてあげましょう！また、ダメなことは“ダメ”という毅然とした態度も大切です。笑顔で顔晴(がんば)ってね。





食事と子どもの心



ー朝食をしっかり食べさせていますかー

朝、子どもを学校に送り出すときに、きちんと朝食を食べさせていますか？

近年、朝食をとらないで登校する子どもが増えているようです。登校時間帯に、小学校4年生くらいの子がコンビニの袋を抱え、調理パンを食べながら登校している姿を見かけました。きっと寝坊してしまい、食事の時間がなくなり、母親に「パンでも食べながら行きなさい」と言われたのでしょう。

食事をしないで学校に行かせるくらいなら、遅刻をしてもいいからきちんと食事をさせたほうがずっといいという考えもあります。というのは朝食をとらないと、次の昼食までの間、脳は活発に活動できず、午前中の勉強を棒に振ってしまいかねないからです。

<朝食が脳の活動に大切な理由>

朝食がなぜ大切なのか、主に考えたいのは脳と心という観点からみた問題です。朝食は、その日の脳の活動ととても深い関係にあります。朝食は「Breakfast」と言いますが、これは「飢餓状態を破る」という意味です。睡眠の間、私たちは何も食べませんが脳は眠っている間も、ずっと動きつづけているのです。

人間は、眠っているときもエネルギーを必要とします。

その脳のエネルギー源はブドウ糖です。つまり、夜間の長い欠乏状態のなかで、脳のエネルギー源になるブドウ糖はほとんど使い切っていて、朝起きたときに脳はガス欠状態になっているのです。もし朝食をとらずに学校に行ったら、午前中の授業はほとんど頭に入らないといっても過言ではないのです。

<パン食と昔ながらの朝ご飯>

朝食についての、もうひとつの問題点についてあげてみたいと思います。

最近とみに増えているのがパン食です。朝はなにかと忙しい時間帯、パンならトーストと牛乳くらいですませられて手軽ということのようですが、これも再考の余地がありそうです。

出来れば朝食はご飯が望ましく、パンの原料である小麦より、お米の方がブドウ糖に分解される率が高いからです。それにご飯なら、野菜の入ったみそ汁と納豆などの副食がつくでしょう。

みなさんご存じのDHA（ドコサヘキサエン酸）は脳を活性化し、イワシやサンマなどの魚に多く含まれています。

そして脳細胞の再生に欠かせないといわれているアセチルコリンはレシチンでつくられます。そしてレシチンは大

豆や大豆製品に大量に含まれているのです。

味噌汁に干物、納豆といった昔ながらの朝ご飯は脳にとってもいいものなのです。だからといって、パン食がだめというわけではありません。それなりの副食をつけてあげて、上手に組み合わせていけば問題ありません。

<孤食の問題>

もっと大きなことは朝食を一人でとっている子どもがいるということなのです。

これは脳の栄養には問題がないにしても、こころの栄養にはおおいに問題があります。帰宅時間の不規則な父親やお稽古や塾に忙しい子どもたち。確かに夕食は家族そろってというのは、なかなか難しいでしょう。だからこそ、朝食くらいは家族が顔をあわせてとりたいたいものですね。

最近、周りとのコミュニケーションがうまくとれない子どもが増えていると言われていますが、これもいわゆる孤食と無関係ではないような気がいたします。

<生体のリズムを作る食事>

食事、睡眠、排便は生体のリズムをつくっていく上で大切な要素です。食事のなかでも、とりわけ朝食が大切、朝食がこのリズムをつくる上で大きな役割を果たしているからです。

子どものリズムがおかしくなっているということは、親のリズムも狂っているということです。

私たちの生活は、とても便利で快適になりました。みなさん、覚えていますでしょう。朝、寝床のなかで半分目覚めたとき、お母さんの包丁を使う音とブーンと漂う味噌汁のいい匂い。あの音と匂いがどうしてこんなに心地よく私たちの心を癒すのでしょうか？

それは心地よい母親の胸でおっぱいを飲んでいた赤ちゃんの記憶とつながっています。安全で、母親と子どもが100%同化した安らかな世界です。赤ちゃんがおっぱいをまさぐり、母親が授乳するのは心理的にいえば、完全な同化です。でも、じつはおっぱいを飲み、それが栄養となって消化される時点で、異化が始まっています。自らの栄養となることで、母親の肉の一部は自分自身のものに生まれ変わります。心にとっても食事が大切なものになっているのです。

<参考文献> 金盛浦子「食事と子どもの心」
（『児童心理』2005年9月号所収）

いきいき ボランティア

堀内雅記さん

今回は、クラフトルームに登録し、企画イベント等でも活動されている堀内雅記さん（児童会館では「プリンちゃん」の愛称でおなじみです）にお話を伺いました。



Q: こどもの国のボランティアをはじめたきっかけは?

A: 最初栃木県子ども総合科学館でボランティアをしていてやりがいを感じたので、また何か新しい事をやってみようと思っていた時に募集を知り登録しました。

Q: いつも遠くから（千葉県市川市!）活動に来ていただいてますが、ボランティアを続ける原動力は?

A: 以前児童会館の流しそうめんのお手伝いをした時に参加者のお父さんが片付けまで早く協力してくれた事がとても印象的でした。ここで活動していると人のあたたかさを感じます。また、企画イベントの時はジュニアスタッフと一緒に活動できるのが楽しみです。あとは、住まいも仕事もあっち（東京近辺）なので休日の活動くらいは、と気分転換も兼ねて（笑）。

Q: 今後の抱負を聞かせてください。

A: 特技を身につけて、将来的には特色ある自分ならではのボランティア活動もしてみたいです。またボランティア同士の横のつながりをつくっていきたいです。

この日は「魔法学校」スタッフとして、1日お世話になりました。これからもよろしくお願いします。

（片道3時間弱の長い道中は、くれぐれもお気をつけて!）

お客様の声

今回は、子育てセミナーに参加されていたお二人に“突撃インタビュー”ということで、当館について、お話を伺いました。お二人は、もうすぐ2歳になるお子さんと2歳半のお子さんのお母さんです。

Q. 当館では、どのお部屋をよく利用しますか?

A. プレイルームです。公園では幼児広場、じゃぶじゃぶ池で遊びます。今日は初めてクラフトルームで遊びました。

Q. 今まで参加した催しは? また一番良かったものは?

A. おやこサロン、子育てセミナー、ママのリフレッシュタイム（ヨガ、お茶会、ピーズアクセサリーづくり等）に参加しました。良かったものは…たくさんありすぎて選べません。

Q. 館内の設備で感じることはありますか?

A. プレイルームのおもちゃが定期的に替わるので、楽しみです。あとは、親子で入れるトイレがもっとあるといいですね。

Q. 当館への要望はありますか?

A. 親向け講座でお料理教室があるといいですね。あと、すぐ定員になってしまうので、同じ講座を2回に分けて開催していただけたらもっと参加しやすいと感じました。

色々な催しにご参加いただき、ありがとうございます。ママのリフレッシュタイムや子育てセミナーは、みなさんから良い反響をいただいておりますが、すぐに定員になってしまい、参加できなかった方には大変申し訳なく思っております。

今後も、みなさんのご意見をお聞きし、反省・改善をしていきたいと思っておりますので、お気づきの点などお聞かせください。

紹介し ます

夏休みの児童会館で実習しました!

東京福祉大学 社会福祉学科 4年

田沼千奈さん・和泉谷貴之さん・古川街子さん



ぐんまこどもの国児童会館では、毎年、子どもに関わる福祉や保育などを学ぶ大学の実習生を受け入れています。今回子どもたちでにぎわう夏休みに、当館での実習を行ったのは、東京福祉大学社会福祉学科4年生の田沼さん、和泉谷さん、古川さんです。

3人は8月2日～12日の10日間、プラネタリウムの上映やクラフトルーム、パソコンルームなど各室の仕事を体験。インフォメーションでは館内アナウンスに挑戦するなど、様々な仕事につきました。

田沼さん、和泉谷くんは子どもの頃に当館を利用していたということですが、今回スタッフとして働いてみて、裏方の細かい作業の多さを実感したそうです。

また、夏の企画展「こどもの国の魔法学校」では、3人とも衣装を着て、子どもたちを指導する魔法使いを演じてくれました! 当館には異年齢の子どもたちがやってくるので、それぞれの子どものに合わせた対応の仕方を心がけたそうです。

11日(土)には、総合実習として当日来館した子どもたちを対象に、手遊びや絵本の読み聞かせ、そして絵本に関連する工作を2回実施しました。

3人ともはじめは緊張が隠せなかったようですが、事業の導入から展開への運びもしっかり打ち合わせを行っていた様子で、幼児から小学生の子どもたちみんなを楽しませることができました。また、2回目の実習は反省点も踏まえ、よりスムーズに行えたようです。古川さんは工作をとおして、年齢ごとの子どもの発想の違いをつぶさに観察でき楽しかったと、感想を述べてくれました。

実習を終え、3人ともお疲れ様でした。将来へ向けてこれからもがんばってください。

ありがとう
ございました!!



～ 手作り人形劇舞台寄贈 ～

今年の3月まで、太田市鳥之郷児童館の館長さんだった村岡武さんから、手作りの人形劇舞台を寄贈していただきました。

幅、高さとも約170cmの大きさで、運搬にも便利のように組み立て式、手作りの幕付きと、村岡さんの工夫が随所に見られます。

当館だけではもったいないので、貸出遊具のリストに入れて、他の児童館や団体も利用できるようにしてあります。

村岡さんが猛暑の中で作成した汗の結晶である、人形劇の舞台を利用したいという団体の方、申込みをお待ちしております!!