

新緑が美しく、清々しい日が続いています。

5月の過ごしやすい気候の中で子どもたちはたっぷり自然と関わり、友だちとも関わり、「温もり」をしっかり伝えてきました。お散歩に行って園に帰ってきた時に、お花を摘んだことや虫を見つけたことを自信満々に報告する姿に私の心も温まりました。

さて、6月の大きなめあては「笑顔で」です。梅雨に入ることによって雨の日が多いかもしれませんが、仲間と楽しくあそび、そして知的好奇心を満たせるような教育・保育活動を計画しています。はじける笑顔で過ごせる環境を提供していきたいと思います。

＜6月の予定＞

- 6月 4日(水) 歯科検診、監事監査
- 6月 6日(金) 特別想定訓練(風水害想定)
- 6月 9日(月) 避難訓練(火災想定、通報訓練)
身体計測週間(すもも、かりん、れもんぐみ、～13日)
- 6月16日(月) 身体計測週間(いちご、あんず、きういぐみ、～20日)
- 6月21日(土) 保育参観(すもも、かりん、れもんぐみ)
- 6月24日(火) 健康診断
- 6月25日(水) 誕生会



避難訓練 ～大地震、大津波警報発令を想定して～

5月14日(水)、大地震から大津波警報が発令された、という想定での避難訓練をしました。

保育、教育活動中に地震が起きた場合は、園児には、ダンゴムシのポーズになって強い揺れに耐えられるように指導しているところです。また、「おさない」「はしらない」「しゃべらない」「もどらない」という「おはしも」の4つの約束も同時に伝えています。

今回は、見事にしっかりとダンゴムシのポーズで耐えることができていました。

その後の大津波警報発令の想定では、安全第一で屋上までの避難行動をとることもできていました。災害には、遭わないことが一番ですが、万が一を想定しての動きをしっかりと確認していこうと思います。



＜すももぐみ＞ダンゴムシのポーズです



＜かりんぐみ＞



＜れもんぐみ＞



2階から屋上へⅠ



2階から屋上へⅡ



牧野総合園長から「〇」をもらいました

保護者支援の一環で行っている「子育て相談」の中で、よく話題に上る問題として「具体的な子どもとの関わりと支援」ということがあります。この中では、躰(しつけ)や遊びの問題をはじめ、特異な行動をする子どもや気になる子どもへの具体的な対応などについて現場で直面している課題について意見を交換していました。

ここで取り上げられた課題についての「具体的な子どもへの対応と支援」として、園で行われている子どもたちの遊びや子育て支援セミナーの中などで行われている楽しいゲームがいろいろ紹介されました。そして、それらの中で、療育の場で行われているタッチケアや感覚統合遊びなどが特に参加者の興味を引き、話が深まっていきました。なかでも特にタッチケアについては、私たちが日頃行っている子どもとの関わりにもよく似ているし、それが子どもたちにも有効であるというので、掘り下げた情報と意見の交換が行われました。そこで、今回は、この場を借りて皆さんにタッチケアのことについて一緒に考えてみたいと思います。



ここで話題に上ったタッチケアというのは、広い意味でいえば「小さな子どもと周りの大人との心と体の触れ合い」ということで、子どもと大人の絆を深めるさまざまな活動のようです。そのように見てくると、我が国においても、昔から授乳やおんぶ、抱っこや肩車、「すきすき」や「たかいたかい」などのいわゆる体を通したスキンシップの習慣が大切にされてきたという歴史があります。これは、小さな子どもが健全に育っていくためには、親子の肌と肌が直接触れ合うタッチケアが大切であるということを経験的・感覚的に理解していたからだと思われます。



ここで紹介するタッチケアでは、小さな子どもと周りの大人が、見つめ合い、語りかけあいながら子どもにしっかり触れたり、なでたりして体に少し圧をかけながらマッサージのように体を揉みほぐしたり手足を曲げたり伸ばしたりします。また、周りの大人が手指を使って子どもの体に触れたり擦ったりして肌に優しい刺激を伝えたりするのです。

子どもたちは、心地よく触れられることにより、脳に神経伝達物質のひとつであるオキシトシンがたくさん分泌されるといわれています。このオキシトシンは、幸福感を感じ穏やかな気持ちにさせてくれます。また、逆にストレスホルモンの分泌を抑制し、ストレスを感じる時に分泌される脳内ホルモン濃度を下げてくれるため、タッチケアを受けた後には子どもたちの中に溜まっていたイライラが減少し、気分を落ち着かせてくれるというのです。つまりタッチケアにより、子どもたちは周りの環境によるストレスが減少し情緒が安定するのです。このような中で、穏やかに相手を思いやる気持ちが芽生え、人を信頼して交流することができ、親子の絆も深まっていきます。加えて、このタッチケアの効果は、受ける子どもたちだけではなく行う周りの大人にも同じような効果があります。

ここで紹介しているタッチケアは、子どもへのマッサージやスキンシップを通して、心と体を触れ合わせ、小さな子どもの成長・発達を促進する働きがあります。したがって、タッチケアを行うことで、子どもたちの情緒が安定し、ストレスが減少することなどができるのです。また、タッチケアは、小さな子どもだけでなく、多くの子どもたちへも同じような効果があるということが確認されています。

このように、タッチケアによって皮膚から伝わる優しい感触や心地良いと感じるように触れることにより、子どもが癒されるとともに心身の健康維持を増進しますので、つまづきのある子どもや気になる子どもへの具体的な支援などにも活用され、周りの大人との絆作りにも役立っています。また、その他にもタッチケアは、自律神経のバランスを整え免疫力を高め、心や体の不調を予防してくれる効果があるともいわれています。



昔は当たり前のように行われていた親子のスキンシップも、現代社会の生活の中では極端に希薄になってきています。このような中、ストレスに弱い子やキレやすい子にさせないためにも、乳幼児期のタッチケアが必要であるということを理解して日常の子どもとの関わりを工夫していくと、「子育て」はこれまで以上に楽しいものになってくると思います。

今回は、タッチケアの概要と意義についての紹介で紙幅が尽きてしまいましたので、もう一步突っ込んだ、「タッチケアと子どもの成長の関わり」や「タッチケアの具体的な方法」については、別の機会に紹介させていただきたいと思います。

＜学校歯科医の変更について＞

令和7年度より、学校歯科医がしんろう歯科医院院長の阿部伸朗先生にかわりました。
ご周知のほど、よろしくお願いいたします。