



園だより かけはし

キッドワールドこども園

令和7年7月1日

6月21日(土)3・4・5歳児、6月28日(土)0・1・2歳児の保育参観に参加していただきありがとうございました。保育参観ということで、朝の集まりや歌、活動の様子など普段見ることの出来ない姿や、目的をもって遊びに楽しく集中する姿を見て頂くことができたのではないかと思います。

7月に入ると子どもたちが大好きなプール遊びや水遊びがはじまります。プール遊びはもちろんのこと、泥んこ遊び、泡遊び、色水遊びなど夏ならではの遊びを計画しています。子どもたちから「楽しかった」「まだ遊びたい」といって、繰り返し何度も遊んだり、色を混ぜ合わせて試したりしていく中で、感じたことを自由な表現につなげていけるようにしたいと思います。



行事予定

日	曜日	園児に関すること
1	火	プール開き、身体計測(5歳児)
2	水	身体計測(2歳児めろん組、4歳児)
3	木	身体計測(3歳児)
4	金	身体計測(2歳児ぶどう組)
7	月	七夕集会
8	火	身体計測(1歳児さくらんぼA組) 聴力検査(5歳児きりん組)
9	水	身体計測(1歳児さくらんぼB組) 聴力検査(5歳児ぞう組)
10	木	聴力検査(4歳児すみれ組)
11	金	避難訓練、聴力検査(4歳児たんぽぽ組)
14	月	聴力検査(ぺんぎん組)
15	火	弁当日、聴力検査(3歳児いるか組)
17	木	健康診断、身体計測(0歳児)
29	火	誕生会

熱中症警戒アラートについて

近年、気候変動等の影響により、熱中症による重大な健康被害が増えています。

キッドワールドこども園では、戸外で遊ぶ際は、熱中症指数計で指数を見ながら遊びの時間を調整して過ごすようにしています。

さて、環境省より令和7年度寝中小特別警戒アラート及び熱中症警戒アラートの運用を開始することとなりました。URLを添付していますのでご確認をお願いします。

https://www.env.go.jp/press/press_04773.html

お知らせ・お願い

- ※ 7月のお弁当日は、15日(火)です。子どもさんが楽しみにしているので、忘れないようにお願いします。
- ※ 7月の保育料の納入期間は、23日(水)・24日(木)・25日(金)の3日間です。(期限内に納入できない場合は、教頭の奥下までご相談ください。)

保育参観アンケートについて

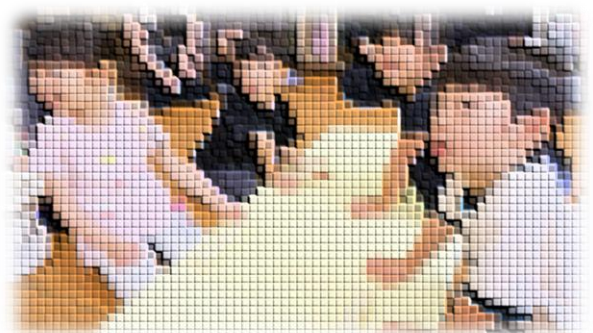
6月19日(土)に行われた保育参観(3・4・5歳児)を評価するにあたり、保護者の皆様にアンケートを実施しました。保護者の皆様には、お忙しい中、アンケートにご協力いただきありがとうございました。アンケート結果については、園全体で受け止め保育につなげていきたいと思ひます。

また、自由記述欄においてたくさんのお言葉をいただいております。心よりお礼申し上げます。いくつか紹介をさせていただきます。

※ 0・1・2歳児クラスは6月30日(月)にアンケートを配付させていただきますので、ご協力お願いいたします。

【自由記述欄より】

- 毎日、「こども園に行きたい。早く行こう」と言ってくれて、今回の保育参観で、園でどんな風にすごしているのかが、間近にみることができて、こども園、先生、お友だちが大好きだと改めて思ひました。
- 家庭とは違った姿を見ることができて、成長を感じることができました。いつも楽しい活動をありがとうございます。
- 最近、「〇〇が嫌だから、園に行くのがイヤ」と泣いていた息子。担任の先生に相談し様子を見ていました。参観時に大丈夫かなと心配しておりましたが、自信をもって行動している姿がありました。子どもの成長を感じ、先生も配慮してくださっただろうと安心しました。子ども達の人数が多いですが、一人一人の考えに寄り添って焦らずに話をきいている先生をみて、すごく良い環境だと思ひました。これからもよろしくお願いします。
- 最初は、緊張していましたがお友達がだんだんと増えていくと親元を離れていき、普段の園での様子を見ることが出来嬉しかったです。いつも、園でどんなことをしているのか聞いてはいましたが、実際に朝のお集まりから活動中、帰りの会まで、子どもが家とは違って自立して頑張っている姿が逞しく感じました。先生方、毎日お忙しい中、子ども達が安心・安全に過ごせる環境を作ってくださいありがとうございます。とても素敵な保育参観でした。



【写真提供】ミサオスタジオ

※ホールページ掲載用に画像を加工しています。



今回は、いま話題になっているタッチケアについて、その概要を説明しましたが、具体的なタッチケアの内容については、詳しく述べることはできませんでした。そこで、今回は前回に詳しく述べることはできなかった「家庭で行うタッチケア」の具体的な方法について考えていきたいと思います。タッチケアについては、専門的な方法がたくさん紹介されていますが、ここでは「抱っこやおんぶ、手をつなぐ、添い寝」など、幅の広い親子の触れ合い活動の中で、私たちが気軽に取り組み効果が上がることができるとして身近で行われているものの中から選んで紹介していきたいと思います。

はじめに、最も身近なタッチケアとして、子どもとお母さんとの触れ合いということに焦点を当てて見ていきたいと思います。生まれたばかりの赤ちゃんをお母さんの胸の上に抱いてもらおうと、お母さんは自然と赤ちゃんの背中に手をまわしてやがて撫でるようになります。それから、お母さんは赤ちゃんを抱きしめたり、さすったり、頬をすりよせたりしはじめます。このことが、親子のタッチケアの原点になります。ここでのタッチケアの触れ合いでは、親子がともに触れ合うことによって心地よさを感じ、気持ちよくなるのが何よりも大切なことになります。このような親子の自然な行動の中で、お母さんは我が子に親しみが湧き心底可愛いと想うようになり、子どもも親への愛着と信頼が生まれてきます。ここでの親子が楽しく過ごす触れ合いが親子の結びつきを強め、お母さんの体が子どもの心の居場所となるような環境を作り、子どもの発達を力強く支えていきます。

そこで、ここではこのような親子の触れ合いに重点をおいたタッチケアの具体的な方法について少し詳しく考えていきたいと思います。

タッチケアを始めるに当たっては、最初に子どもが相手から触れられることを認めるということが大切になります。そのためには何らかの方法で子どもがタッチケアを受け入れるという承諾の確認が必要になります。身体の触れようとする部位にさわってもいいですかということを確かめるのです。

子どもの承諾が得られて触れ合い活動に入る場合には、その前にゆっくりと落ち着いて深呼吸をします。深い呼吸をすることで副交感神経が高まり、リラックスする準備ができるのです。大きく息を吸って、大きく息を吐く。腹式呼吸を意識して数回深呼吸します。



次に、子どもの身体に手の重さをあずけるように軽すぎず押しすぎないように手を置きます。この時、子どもに触れる手は暖かくします。冷たい手で触れられると、緊張して嫌な気持ちになりリラックスできません。このタッチケアの触れ合い活動は温かい気持ちを伝えることが大切ですので、手が冷たい場合には、両手をこすり合わせたり温かいお湯に手を入れたりして子どもが安心できるように温めるのです。

三番目には、子どもの癒やしてあげたいところに手を当てます。その時呼吸は子どもに合わせるようにします。「手当て」という言葉がありますが、それは痛みのある部分に手を当てて治すという意味合いがあります。人間は、痛いところに手を当ててさすったりこすったりすると本能的に手を当てている部分の痛みを和らげることができるのです。

四番目には、手を当てているところをゆっくりと優しく撫でることで幸せホルモンいわれるオキシトシンの分泌を促します。手の動かす速さは、10秒間に5cmくらいの早さがいいといわれています。これは、かなりゆっくりですが、ゆっくり優しく撫でることで、リラックスでき、癒されるのです。そのようにするとタッチされている子どももタッチしているお母さんもお互いに癒し合うことができるといいます。手を当てる場所としては手、腕、足、脚、背中、お腹、顔など、水着で隠れる以外の場所はほとんど全身にできます。

五番目として触れ合い活動をした後は、しっかりと水分補給するようにします。タッチケアを行うと、お互いに癒されるだけではなく、相手から何かのダメージをもらったり与えたりすることがあるということです。そのため、悪いダメージを外に出すためにお互いに水分をしっかり摂ることがいいと言われているのです。

一方、この親子の触れ合いタッチケアが有効に働き合うためには、活動中に大好きなお母さんがたくさんの声かけをしてあげることが重要です。その時の声は少し高めのトーンで、ゆっくりと優しく語りかけるようにします。そうすると、子どもはそれを一層気持ちよく受け止めることができます。このように声をかける時は、子どもの顔にお母さんの顔を近づけて、お母さんの表情を見せてあげると子どもはよろこびます。赤ちゃんの視力は、0.01～0.02くらいしかなく、ほとんど見えていませんが、顔と顔の距離を20cmくらいにすると焦点が合いやすくなりお母さんの顔が見えるようになります。子どもは、お母さんの温もりが大好きですので、たくさん触れてあげることが必要ですが、新生児の場合はまだ触れられること自体に慣れていませんので、優しくゆっくりと子どものペースで触れながら、お母さんの手の温もりがしっかりと伝わるように配慮することも必要になります。

タッチケアを子どもに行う時の留意事項としては、タッチケアは子どもの身体に直接触るという微妙な活動を行いますので、「触る所は子どもの好きな部位だけにすること」と「子どもの気持ちを無視した無理な活動にならない」ことなどについて十分に配慮する必要があります。

これまで説明してきました子どもと触れ合うタッチケアは、お母さんだけでなく、お父さん、おじいちゃんやおばあちゃん、子どもにかかわる全ての人に行ってもらえるものですので、家族ぐるみで取り組み、いっそう深い家族の絆を形成してもらいたいと思います。

なお、このタッチケアを行う年齢については、乳幼児期の全てが対象になると言われていますので、年齢に関係なくできるところから試みてください。



<エッセイに一言>

今回のエッセイの中で『オキシトシン』という言葉について調べてみました。このオキシトシンは、愛情ホルモンともいわれ、嬉しい、楽しい、気持ちいいといった時に脳で作られるとされています。オキシトシンは親子でのスキンシップにより分泌されるのですが、子どもだけでなく親にも効果があるといわれています。

普段からお子さんとのスキンシップを図っていると思いますが、タッチケアを試して沢山の愛情ホルモンを注ぐことによっていつもと違う反応がみられるかもしれませんね。