



子育て通信

9 カナリヤ

発行 第346号 2024. 9. 1.

時津町子育て支援センター『こばとの家』

長崎県西彼杵郡時津町西時津郷 1000-10

支援センター TEL095-882-7455

保育園 TEL095-882-4559

FAX095-882-4901

ホームページ

<https://www.togitsukobato.jp>

～上手に積み重ねることができたね～



～いっしょに遊ぶと楽しいね～



『秋 空』

深呼吸

するたび

空 満ちてきて

心しずかに

青になる

見上げれば

誰かに、何かに そっと

感謝したくなくなる瞬間があります

ため息でなく、深呼吸、
深く吸うたび 深く吐くたび
心おだやかに まどまってゆく

美しいこの空の下に生まれたこと
大切な人たちに出会えたこと
今をともに生きていること

「あなたに会えてよかった」

文：中島未月

長い夏休みの慌ただしい日々を過ごし、新学期が始まりました。
青空に白く薄い雲が気持ちよく広がる青い空を見上げると、風が強い日には薄い雲が表れて少しずつ厚みのある雲に変わり、天気が下り坂に変化したり、波打つような波状雲や飛行機雲と空模様が夏から大きく変化し、爽やかな秋日和が見られるようになります。

秋の夜明けには、空気が澄んで秋が深まり、涼しさを感じるようになります。
毎日の忙しさの中で悩んだりため息交じりで仕事をしている時、ちょっと休憩してお茶を飲みながらふと空を見上げて、ふーっと息を吸い込み深呼吸をすることで、空が包み込んでくれるように気持ちを切り替えることができます。

涼しさを感じるようになったら子どもたちと一緒に空を見上げ、季節の移り変わりを感じながらゆったりとした気持ちで過ごせますように…。

9月子育てワンポイント

『きょうだいへの関わり』

自分の子どもたちには、きょうだい仲良くしてほしいですよね！きょうだい同士が仲良く過ごすためには、『親の関わり方』が重要になってきます。今回は、『仲良しきょうだいになる親の関わり方』を5つご紹介します。

①名前と呼ぶ

下の子が生まれると、いつの間にか上の子を「お兄ちゃん」「お姉ちゃん」と呼ぶことが増えてしまいませんか？弟や妹が生まれても、**上の子は今までもおりにママ・パパに接してほしい**のです。

「さすがお兄ちゃんだね」という言い方も、お子さんによってはプレッシャーに感じてしまうこともあるので気をつけたいですね。

②きょうだい同士で協力できる遊びをする

小さいうちは別々で遊ぶことも多いと思いますが、ある程度大きくなってきたら**一緒に遊ぶ機会を用意しましょう！**

例えば…一緒に一つの作品をつくる・一緒にママの手伝いをする・子ども VS 大人の競争をする

協力することで、仲間意識や思いやりが育ちます！

③一人褒めたら、他の子も褒める

親は平等に褒めているつもりでも、子どもにとってはきょうだいの誰かが褒められたら、「自分は褒めてもらえない」と思いがち。

誰かを褒めた時には、小さなことでも同じタイミングで一緒に褒めてあげましょう！

④上の子を労う

きょうだいができたことで生活が一変してしまったのは、上の子です。よく「上の子を優先しよう！」と言いますが、現実的に難しいですよね…。

ですから、**労う気持ちだけは忘れずにいましょう。**

必ず下の子がいない場所で「いつもありがとう」

「大好きだよ」など、上の子を労う言葉をかけてあげましょう！

⑤ケンカはどちらにも共感&叱る

どちらかが怒られると子どもは不満を感じます。まずはどちらの気持ちも共感し、どちらも叱ることが大切です。ケンカは一方的なものではない限り、お互いが悪いことがほとんどです。

どちらにも共感、そして叱るを徹底しましょう！

きょうだいと言っても性格も全然違う個々の人間です。気が合わない、交われないということもあるでしょう。

しかし、親が平等に接することを心がけていれば、きょうだいに対する見方や接し方は良い方向に向かっていくはずですよ。

夏も元気にあそびました！

今年の夏も猛暑日が多く、暑い毎日が続きましたね。そのような暑さの中でも子どもたちは水遊びを楽しんだり、新しい玩具に夢中になって遊んだり、涼しい室内でからだを動かして遊んだり、夏の思い出をたくさん作りしました。

～水遊び～ ビニールプールや大きめのタライに水をためて、水遊びを楽しみました♪



～室内遊び～ 新しい玩具で遊んでみよう♪



～親子クッキング～ とうもろこしの皮むきに挑戦！

