

# せいなんだより

2018年2月号



〒814-0002 福岡市早良区西新 3-12-14

Tel 092-846-9207 Fax 092-846-9208



早良区子どもプラザ／西南子どもプラザ(愛称“せいなん”)は、福岡市の委託を受けて西南学院大学が運営しています。

## 2月の予定



開館時間：午前10時～午後4時

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
					豆まき (10:45～11:00) さおり先生 (10:00～11:30)	おとうさん、 きんしゃい！
4	5	6	7	8	9	10
休館日	休館日	たろうちゃん (13:30～16:00) なつめ先生 (10:30～11:30)	ふくろう先生 (12:30～14:30)	おひげの先生 (13:30～16:00)	保育コンシェルジュ さん(要予約) (10:30～12:00) さおり先生 (10:00～11:30)	読み聞かせ (わらべうた) 10:30～10:50 11:00～11:20
祝 11	祝 12	13	14	15	16	17
休館日		たろうちゃん (10:30～12:00)	ミニ講座 (14:00～15:00) ふくろう先生 (12:30～14:00)	International Day (10:00～12:00) おひげの先生 (13:30～16:00)	さおり先生 (10:00～11:30)	
18	19	20	21	22	23	24
休館日	おひげの先生 (13:30～16:00)	たろうちゃん (13:30～16:00)	保健師さん (10:30～12:00) ふくろう先生 (12:30～14:30)		さおり先生 (10:00～11:30)	絵本タイム 10:30～10:50 11:00～11:20
25	26	27	28			
休館日		たろうちゃん (13:30～16:00)	ふくろう先生 (12:30～14:30)			



\*12日(建国記念の日の振替休日)も通常通り開館しています。

## さおり先生の「あわてんぼう母さんの月イチ日記」

こんにちは。今月は、食育についてお話しします。「ゆる家事」、「ゆる節約」、「ゆる美容」などががんばりすぎないことが流行っていますよね。私の場合も、プライベートは、ほぼこの「ゆる」が当てはまります。ただし、子どもの食育は他と比べてまあまあきちんとしているかなあと考えています。「何を食べるのか」を重視する家庭環境に育ったことが大きいと思いますが、それ以外に、大学で栄養学の授業を受講したことも、食を重視することにつながっていると思います。一時期、私の愛読書は「日本食品成分表」でした。娘が3歳くらいの頃から、「食事は炭水化物、タンパク質、野菜と果物を食べるのが大事よ。」と言っています。そのせいで、娘は何となくですがそれらの区別をつけて食事をするようです。食事のときに「野菜が足りないから後でみかんを食べる。」とか「今日の炭水化物はパンにする。」「今日のタンパク質はお魚ね。」など幼児らしからぬことを言っています。自宅では、ご飯は五穀米の玄米、そして全粒粉のパンを食べています。娘の保育園では、ご飯は自宅からお弁当箱に入れて持って行くことになっており、娘は、毎日五穀米の玄米を持って行っていたのですが、ある時娘が、「みんなと同じ白いご飯を持っていきたい。」と私に言いました。この時、戦前の庶民の子ども姿と娘の姿が重なりました。これ以降、お弁当用に白いご飯を炊いて持たせています。また、「白いふわふわのパンが食べたい。」と言うことも時々あります。この言葉を聞くと、娘とアルプスの少女ハイジの姿が重なります(ハイジは、大金持ちのお嬢様のクララのお屋敷で住みこみをしていたときに、初めてふわふわの真っ白いパンを食べて感動するのです。)娘が大きくなると、友達とジャンクフードを食べたり、バランスの悪い食事をしたりすることもあるだろうなあ、と思いつつ、時々食の大切さを思い出してくれればいいなと思っています。

まだまだ寒いですが、子どもは寒さを物ともせず元気です。

西南子どもプラザで、子どもたちから元気をもらってください。

プラザ長を務めます柳澤さおりです。本学人間科学部で、社会心理学を担当しています。娘とわいわいと大騒ぎの毎日を過ごしています。



## お知らせ

◎西南クロスプラザ(学食)は2月2日(金)~3月31日(土)まで営業時間が10:00~17:00に変更になります。  
◎幼稚園や小学校でインフルエンザなどの感染症が流行っています。体調の悪い方、学級閉鎖で休園中の方のご利用はご遠慮ください。

## せいなんスタイル



年が明けて、お兄ちゃんお姉ちゃんになったお子さんが、赤ちゃんと一緒に来館されることが増えてきました。きょうだい生まれたお子さんは、複雑な気持ちを、赤ちゃん返りや反抗などで表現します。負担が増えたお母さんは大変ですが、上のお子さんと二人だけの時間を取って、しっかり関わってあげることが大切です。頑張っているお兄ちゃんお姉ちゃんに、「あなたのことが大切だよ」「大好きだよ」と言葉や態度でたくさん示してあげてくださいね。また、お父さんはもちろん、おじいちゃんおばあちゃん、お友達のママなど、安心できる大人とのふれ合いは、お子さんの気持ちを満たしてくれます。

子どもプラザは皆で子育てを分かち合う場です。下のお子さんがぐずっても、上のお子さんが赤ちゃん返りして泣き叫んでも大丈夫。赤ちゃんが泣いていると、近くにいる他のお母さんがあやしてくださったり、上のお子さんを一緒に遊んでくださったりすることがあります。また、少し大きなお子さんが心配してのぞきに来て、声をかけてくれることもあります。身近な大人の温かな振る舞いが、子どもたちの思いやりの心を育てているのを感じます。ここに集う皆と一緒に子育て、子育てをし、大人も子どもも成長していきたいですね。

## リレーコメント

寒さ厳しい日々が続きますが、もうすぐ節分。子どもプラザでは恒例の豆まきを行います。学生や地域のボランティアの鬼さんに大活躍をしてもらいます。ぜひお子さんと一緒に豆まきを楽しまれて、春を迎えてください。私事ですが、この3月で仕事を終えることになりました。7年間、お子さんの笑顔に癒されながら、また子どもプラザを愛してくださる方々に支えていただきながら楽しく仕事をすることができました。感謝の気持ちで一杯です。

(エクステンション課 稲益千鶴)



## 行事のご案内

◎2月2日(金)10:45頃より豆まきを行います。豆の代わりに毛糸のポンポンを用意していますので、鬼退治に来て下さいね♪

### ミニ講座



「子育てホー談~子どもが育つ  
キー・ワード(キー・マーク)『!』・『?』」

講師:元本学人間科学部社会福祉学科教授

OB 教員ボランティア(ふくろう先生)

淵上 継雄さん

毎日、子どもに振り回され、疲れているお母さん、少しだけのんびり考えてみませんか?  
赤ちゃんから幼児期・子ども時代を通して、子どもの育ちに大切なことは何か?と。

健康・あそび・勉強など子どもの生活と、育児、保育と教育を貫く基本となることは…?

ひととき、一緒に楽しく探ってみましょう。

気楽にご参加ください。

14日(水) 14:00~15:00

\*ミニ講座は、内容や日時を変えて月1回行います。

### ~先月のミニ講座より~



先月のミニ講座は、早良区保健福祉センター健康課・高橋恵莉さんによる「感染症に備えよう!」でした。今年もインフルエンザが流行しています。その予防対策として、流行前のワクチン接種、マスクの着用、適度な湿度を保つ、人混みへの外出を避ける、十分な休養と栄養を取る、などがあります。その中でも日頃の「手洗い」はとても大切だそうで、今回は実際に参加者の皆さんに手を洗っていただきました。「手洗いチェッカー」を使ってどれだけ汚れが落ちているかの確認をしたところ、爪の回りや手首、指の間、手の甲に汚れが残っていました。お子さんには手の皺まで洗える泡タイプの石鹸がおすすめです。帰宅時や食前にしっかり手を洗って、予防に努めましょう。

☆プレママ・プレパパの訪問も随時歓迎します。お手数ですが、不審者対策のためプレママ・プレパパであることが確認できるもの(母子手帳など)をお持ちください。



西南子どもプラザ

検索



この“せいなんだより”は、前月下旬(25日頃)から“せいなん”で配布、また西南学院大学ホームページにも掲載しています。