

夏休みをちょっと心穏やかに過ごす小さなヒント集

【一人で頑張り過ぎないことが大事です】

巻頭言では、できればそうあってほしい姿をお示ししました。そうは言っても、今年は暑さが厳しい中、感染対策のために行動制限もしなければならない状況です。そんな中で、長い夏休みを家庭で子育てをすることが、今まで以上に難しいことだと重々承知しています。保護者の皆さん自身の心の余裕がないときには、お子さんの行動が気になってしまっただけで仕方ない、許せなくなるのはごく自然のことです。子育てについて、一人で抱え込まないこと、無理をし過ぎないことも大事です。

【みんなで分担協力してみましょう】

各家庭によって、生活の中での役割分担はそれぞれでしょう。今年の夏は、家族で過ごすことが多い分、家事や子育てをうまく分担したり協力したりする知恵を出し合ってみてはいかがでしょうか。夏休みの最初に、家庭会議を開いてみるのがオススメです。

ぜひそのときに、生活の中で子どもにできることを家族の仕事として任せることもしてみましょう。私は終業式の中で、年少児には、「自分の着替えなど自分でできることは自分でしようね」と話し、年中・年長児には「家族の一員として、できることをしてみてね」と話しました。玄関の靴を揃える、食器を並べる、片付ける、風呂掃除をするなど、何でもいいのです。相談して、「自分でする」と決めるところが大事です。

【できたね、やってくれて助かったよ】

それでも、最初からうまくできるはずはありませんから、最初はやり方を教えて、一緒にやりながら、できたところを褒めて、やってくれて助かったという言葉を書きつけてあげることが、やる気を伸ばすコツです。これは子どもだけではなく、大人でも同じでしょうか。この伝え方は、自分の行動が相手にどのような影響を与えるかを知ることになり、思いやりの気持ちを育む土台になるのです。

【気持ちを受け止めてもらえると落ち着きます】

感染対策をした上で、家族で楽しいことを考えている方もあるでしょう。そんなときに限って、子どもはぐずったり、わがままを言ったりするものです。とてもその言動を受け入れられない気持ちのときや状況によって難しい場面も多くあります。それは仕方ないことですし、自分を責める必要もありません。大人の都合もありますが、それを受け入れることはできなくても、「その行動はうれしくないけれど、その気持ちは分かるよ」と受け止めることをしてあげられると、子どもは救われます。

【説明できないモヤモヤを分かってほしいのです】

こうするべき！を押し付けられると大人でも気持ちが硬くなります。子どもは、言葉でうまく説明できませんから、嫌なことや表現できないモヤモヤした気持ちを傍にいる人に分かってもらえるかどうかで大きく姿が変わるものです。その部分を受け止めてもらえただけで、子どもは意外と気持ちを切り替えることができるものです。言葉で行動を変えようとするのではなく、受け止めることで自分で気持ちを切り替えるきっかけをつくってあげることができるのです。

【全国の園長会のリーフレットも一度ご覧ください】

子育ての教科書は目の前の子どもです。きまぐれな子ども相手の子育てにマニュアルはありませんし、完璧な親などいないのですから、肩の力を抜いて楽しい夏休みを過ごしましょう。他にも青南幼稚園のホームページの「園長会とPTA」のコーナーには、全国国公立幼稚園・こども園長会（国公幼）のホームページにリンクを貼ってあります。

<kokkoyo.com>の「研究」>「子育ての支援のための教材開発」のページには、親子で楽しむ教材が数多く掲載してあります。室内で親子で楽しめるものもたくさんありますので、ぜひご利用ください。

＊もっと体を動かそう！親子で一緒に楽しもう！

親子で楽しくはなまるチャレンジ！

＊こころとからだ！親子で楽しもう！遊びと生活

ーチャレンジくんとチャレンジ！ー

＊心がゆれる 体がおどる 親子で一緒に楽しもう

♪あったか♡カード！ など

平成18年と少し古い資料ですが、全国の保護者の皆さんの言葉を集めた「子育てにいっしょうけんめい」という資料も参考になると思います。



【感染予防対策について改めてお願いします】

7月9日付けで教育委員会からお知らせした内容ですが、改めて夏休み中もご家庭でも感染予防対策の徹底をお願いします。

- ・3密の回避、正しい手洗い、咳エチケット（マスクの着用）の徹底
- ・毎朝の検温及び健康観察の徹底
- ・十分な換気
- ・手が触れる場所などの消毒、タオルなどの共用の回避
- ・日中を含めた不要不急の外出の回避
- ・繁華街への外出の回避
- ・不要不急の都県境をまたぐ移動の自粛
- ・家族等の同居者で体調が悪い方や重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患のある方の会食の回避
- ・家族等の同居者も含め会食などへの参加を控え、外出先からの帰宅時には、手洗いや消毒などの徹底

幼稚園への連絡について

- ・幼児本人及び家族等の同居者が、PCR検査を受けた場合、濃厚接触者となった場合、感染が判明した場合は速やかに園に連絡をお願いします。

オリンピック・パラリンピックもテレビで応援しましょう。

がんばれニッポン！がんばれ世界のアスリート！

では、よい夏休みをお過ごしください。