

# 大和市 つどいの広場事業 こども〜る鶴間通信【No.171】

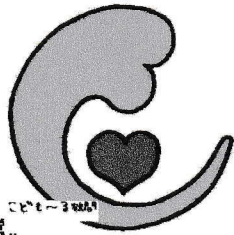
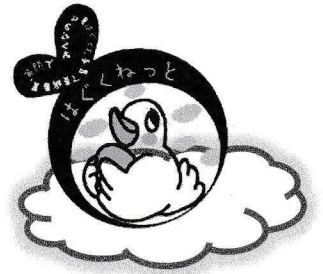
2021.12.1 こども〜る鶴間 発行



Mail



URL



《運営》  
認定 NPO 法人  
地域家族しんちゃんハウス

- ☆子育て親子の交流つどいの広場の提供
- ☆子育てに関する相談・援助
- ☆地域の子育て関連情報の提供
- ☆講習会

利用対象者

- ★乳幼児（0～3歳未満児）とその親（保護者）
- ★妊婦さん

《お問い合わせ》

電話：090-3685-2288(こども〜るフォン)  
場所：イオンモール大和4F(ライトコート側)  
時間：AM10:30～PM5:30(月曜日～日曜日)

## 12月の予定

日	月	火	水	木	金	土
<b>各時間 8人・入替制</b> (各時間毎に消毒タイムが入ります) ①10:30～11:30 ②12:00～13:00 ③13:30～14:30 ④15:00～16:00 ⑤16:30～17:30			1	2  発育講座・管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 経/子. 栄	3  管理栄養士さんの 離乳食教室 (13:30～14:30) 保. 経/保. 経	4 看. 経/経. 保
5 保. 経/看. 子	6  歯科衛生士による 歯磨き相談 (13:30～14:30) 保. 経/保. 保	7  大和市保育士 による育児相談 (13:30～16:00) 保. 保/保. 経	8  保健師による育児相談 (13:30～16:00) 保. 保/保. 保	9  保健師による育児相談 (14:00～16:00) 保. 保/子. 栄	10  社会福祉士による ワンポイント講座 (13:30～14:30) 保. 経/栄. 子	11 看. 経/保. 子
12 保. 経/看. 子	13 保. 経/保. 経	14  管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 経/栄. 子	15 保. 保/保. 保	16  発育講座・管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 保/子. 栄	17 社会福祉士による ワンポイント講座 (13:30～14:30) 保. 経/保. 経	18  管理栄養士 (14:00～17:30) 子. 保/保. 栄
19 保. 子/看. 経	20 保. 保/栄. 子	21 保. 経/保. 経	22  親と子のタッチケア (11:00～11:30) 保. 保/保. 経	23  絵本読み聞かせ (15:00～15:15) 大和市保育士 による育児相談 (13:30～16:00) 保. 経/栄. 子	24  発育講座 (10:00～14:00) 保. 子/保. 経	25 保. 子/保. 保
26 保. 子/看. 経	27  保. 保/保. 子	28  発育講座 (14:00～17:30) 保. 経/保. 子	29 お休み	30 お休み	31 お休み	社会福祉士による ワンポイント講座 (13:30～14:30)

大和市保育士  
による育児相談  
(13:30～16:00)

親と子の  
タッチケア  
(11:00～11:30)

保育ボランティアさん  
による手遊び  
(10:30～10:45)

歯科衛生士による  
歯磨き相談  
(13:30～14:30)

管理栄養士さんの  
離乳食教室  
(13:30～14:30)

発育講座

保健師による  
育児相談

管理栄養士  
の日

絵本相談・講座・  
絵本読み聞かせ

《 時間はカレンダー参照 》

保=保育士 栄=栄養士  
看=看護師 助=助産師  
絵=絵本講師  
子=子育てアドバイザー  
経=子育て経験者

☆こども〜る鶴間のライトはなぜ暗くしてあるかご存知ですか？赤ちゃんの脳活動に最適にしてあるからです。大人は明るいのが良いかもしれませんが、赤ちゃんには違います。光の刺激が強かったり多かったりすると興奮してしまうのです。



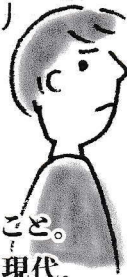
地域家族しんちゃんハウスが  
Instagramはじめました！  
【地域家族しんちゃんハウス】  
という名で『大切なこと』を  
発信しています！  
こちらから見るができます。

世の中に子育てほど尊い仕事はありません。  
私たちの未来を創ることであり、  
未来の幸せを可能にする仕事だから。

～笑顔ではぐくねっと～スキルアップ講座より



# 「ゆるす」とは



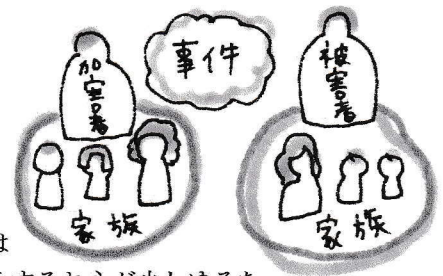
日常生活の中にあふれている「ゆるす」ということ。  
「ゆるせない」ことを抱えて悩んでいる人が多い現代。

今回は「ゆるす側」ばかりでなく、

「ゆるされる側（あるいは「ゆるされない側）」の立場にも踏み込んで、  
あらためて「ゆるす」という行為について考えてみます。

## 「ゆるす」と「ゆるされる」は、ただの対峙した位置ではない、そこにはもっと複雑なものがある

- 1つの出来事を色々な角度から見てみるのが大切。  
加害者をゆるす・被害者をゆるす、それ以前にそれぞれの家庭内にも「ゆるす」についての問題が発生しているが、表面化していないこの家庭内の問題（二次災害）について、肉親という近い立場だからこそ、相手に言えないことが沢山あり、その問題の解決にはとても時間がかかる。
- まず公平・公正に物事を観察してみる、責めても人は立ち直らないし、前には進まない。だからこそ相手の尊厳を認めることが「ゆるす」への第1歩。そうすると心が少しゆるむ。



### 講師 若林 ふみ子さん

生活臨床心理カウンセリングセンター代表。  
仙崎武文教大学名誉教授のもとでカウンセリングを学び、欧米の研修に参加。塾主宰、神奈川県福祉推進員、文教大学学生相談室カウンセラーを経て、現在もセミナー講師、カウンセラー、文筆家として活躍。

前にこんなことされて  
嫌だった  
本当はもっとこうして  
欲しかった

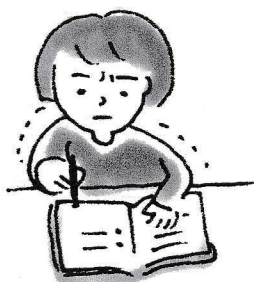


## ゆるされたい側の苦しさを知ることが、ゆるすへの近道

- 相手が嫌いだという自分が嫌い。→だからこそ相手を知り理解することで、相手の苦悩や嫌いな原因が観えて来る。→相手の嫌いな部分が客観的に理解できると自分の行動もただ嫌いと思うことから変化していくきっかけに。
- 教育では人間理解は深まらない。そこには教養が必要で学校の授業では習得しづらい分野。そこで大切なのは自然の力。自然を感じる心から、誰かを敬う心や信じる心が育まれる。これは小さな幸せを感じる力につながり、ストレス解放へと繋げる力になる。

## 磁場を作ることで自然治癒力が高まることに

- 磁場とは哲学者や詩人が考える物事の考え方で、わかりやすくはパワースポット。目には観えないが心を豊かに育んでくれる場所のこと。こども時代にこの磁場が身近にあると心を休める場所になり豊かな心が育める。
- 心を休める場所があると、自然治癒力も高まり、心が傷ついても回復しやすくなる。磁場がないと心は耕されることなく暴発してしまう。



## 囚われているものを取り出して、折り合いをつける

- 心の中で思っているだけでは、堂々巡りで折り合いをつけることが難しい。最初は苦しくても、一つ一つ取り出して、吐き出して、消化していくことが自分の心の栄養になる。誰かに話すことで問題が整理される。話すことが難しいなら、ノートに書き出してみる。書いたものを自分で見ることで発見につながる。
- 何かに気づくことで心に少しゆるみが生まれ、それがゆるすにつながっていく。何をやるにも遊びは大切に、意味のないようなことからこそ、新しい発見がある。