

# 大和市 つどいの広場事業 こども〜る鶴間通信【No.174】

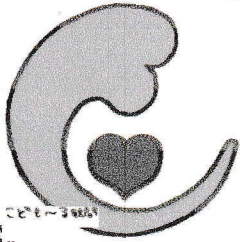
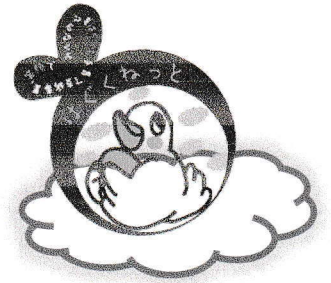
2022.3.1 こども〜る鶴間 発行



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4 F (ライトコート側)  
時間：AM10:30～PM5:30 (月曜日～日曜日)

## 3月の予定

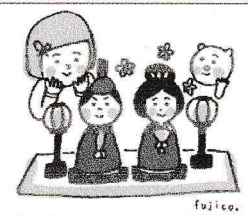
日	月	火	水	木	金	土
各時間8人・入替制（各時間毎に消毒が入ります） ①10:30～11:30②12:00～13:00 ③13:30～14:30④15:00～16:00 ⑤16:30～17:30		1 発育講座 (14:00～17:30) 保. 経/保. 子	2 保. 保/保. 子	3 管理栄養士 (14:00～17:30) 絵本相談 (10:30～14:00) 保. 絵/栄. 保	4 ♥社会福祉士による よりそい (13:30～14:30) 保. 経/保. 子	5 管理栄養士 (14:00～17:30) 看. 子/栄. 保
6 保. 経/看. 保	7 保育ボランティアさんによる手遊び (10:30～10:45) 保. 経/保. 経	8 保. 経/保. 子	9 保. 経/保. 経	10 大和市保育士による育児相談 (13:30～16:00) 保. 経/子. 栄	11 (14:00～17:30) ♥社会福祉士による よりそい (15:00～16:00) 保. 経/栄. 子	12 保. 経/保. 経
13 保. 保/看. 子	14 保. 経/保. 経	15 管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 保/保. 栄	16 絵本読み聞かせ (15:00～15:15) 保健師による育児相談 (14:00～16:00) 保. 経/保. 子	17 発育講座・管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 経/子. 栄	18 保健師による育児相談 (13:30～16:30) 保. 経/保. 子	19 看. 保/保. 保
20 保. 経/保. 子	21 発育講座 (14:00～17:30) 保. 子/保. 子	22 保. 経/保. 経	23 歯科衛生士による 歯磨き相談 親子の タッチプログラム (11:00～11:30) (13:30～14:30) 保. 保/保. 子	24 大和市保育士による育児相談 (13:30～16:00) 保. 保/栄. 経	25 保. 経/保. 経	26 保. 保/保. 保
27 保. 経/看. 子	28 保. 保/保. 経	29 発育講座 (14:00～17:30) 保. 経/保. 子	30 保. 経/保. 経	31 管理栄養士 (14:00～17:30) 保. 経/保. 栄	♥社会福祉士による よりそい (ワンポイント講座あり： 時間内に行います)	

大和市保育士による育児相談 (13:30～16:00)
 保育ボランティアさんによる手遊び (11:00～11:30)
 歯科衛生士による歯磨き相談 (13:30～14:30)
 保健師による育児相談
 発育講座
 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

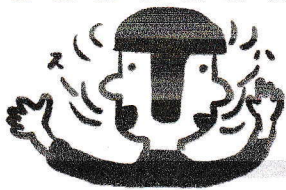
☆こども〜る鶴間のライトはなぜ暗くしてあるかご存知ですか？  
赤ちゃんの脳活動に最適にしてあるからです。  
大人は明るいのが良いかもしれませんが、赤ちゃんには違います。  
光の刺激が強かったり多かったりすると興奮してしまうのです。



地域家族しんちゃんハウスが  
Instagramをはじめました！！  
【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！  
こちらから見るすることができます。

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～

空気感を作るのは私(自分)です

# その場を作る空気とは

相談するとき、面談する時、人と話すときに、どんな空気をあなたは作りますか？相手が話しやすい空気感を作るとは…普段何も考えずにしているその場の空気の作り方について考えてみましょう。子どもとの接し方が変わってくるきっかけになるかも。

## 講師紹介

### 和賀 礼奈 先生

障害福祉の世界で15年相談員として相談を受け、その人がその人の人生を歩むには、本当の自分の声を聴くこと、心と身体バランスが大切であることを感じ、2019年3月から心と身体の声聴くセラピールーム「心音-こころね-」を始める。



3人の子育て中のママであり、しんちゃんハウスでは月1回はぐるぐる〜むで「ほっとスペース」講座を開催中。詳しくは

地域家族しんちゃんハウス はぐるぐる〜む

まずココに注目!

## 「聴く」時に気をつける事

1. 視線
2. 相手との位置や距離
3. 姿勢、身振り手振り
4. 話し方(トーン、口調など)
5. 心持ち(つまらないなどと思って聴くのか、ワクワクして聴くのか)

関わる中で最も重要になってくる

## ワークで聴くと話すとそれを観るを体験

3人1組のグループワークで、話し手、聴き手、みている人になり、一つのワーク中全員が全ての役を体験する。一人が話す時間は1分半、終わるごとに2組が感想を発表してシェア。みている人の時は聴き手の様子で気づいたことをメモしておく。聴き手は話し手の話をさえぎらない、自分の話をしない、相づちはOK。

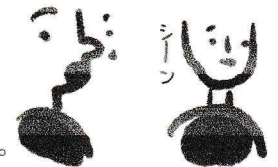
### ワーク①真正面で積極的に聴く

「2022年にやってみたいこと」について話すのだが、ずっと自分の話をするのはなかなか緊張する。しかし聴き手がうなずいてくれたり、相づちをうってくれる事で、安心する。ずっと見られると緊張するので、あえて視線は少しそらしてたまに目を見る程度の方が圧迫感がなく話しやすい。



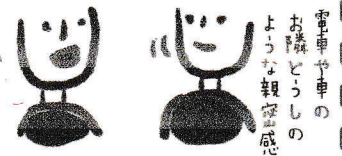
### ワーク②真正面で消極的に聴く

「2021年楽しかったこと」という、楽しいテーマなのに話が弾まない。聴き手がそっぽを向いていたり、他のことを考えてる風な態度で聴く気がなさそうに見えると、場が微妙な空気になって話が盛り上がらない。きちんと聴いてるよという態度を示す事は、相手を大切にしているという事を伝えている。普段子供から「きいてよー」と言われた時に、何かしながらとか、話半分とか、しっかり聴く態度を見せれているだろうか。



### ワーク③隣に座る(座る位置を変えてみるその1)

「最近頭にきた事」を隣に座って聴く。すると隣同士の方が正面より親密に話せる。そこまで親密でない間柄の人だと少し恥ずかしくなる。仲良しになったり、信頼関係が築けているなら隣同士に座った方が、深いことが相談しやすい。



### ワーク④斜め前に座る(座る位置を変えてみるその2)

「一番好きな食べ物のこと」について。4つのワークの中で、この座り位置が一番落ち着いてしっかり聴ける、話す方も話しやすい、という意見が多かった。斜め前だと自然に程よい距離感が生まれるので、初めましての時などに最適。お互いに構えずにリラックスした空気が作れる。



## ワークを通して再確認「聴く」ことの大切さ

- 話を始める前に、皆さん無意識に「よろしくお願いします」と言ってから話を始めていた。場の空気を作るとはそういう事で、目の前の相手を思いやることから始まる。
- 相手の話をそのまま聴き、自分とは違うということを受け入れることが聴く上での重要事項。
- 怒りや悲しみのようなマイナスにとられる感情も喜びや楽しい気持ちと同様、みんな必要な感情で、どんな感情であれ大切に聴くという意識が必要。
- 聴くことに集中し、解決しようとしなない、アドバイスしない、自分の価値観を相手に押し付けない。その人の事は本人が解決するので、それを手助けするという意識。
- 分からないことは分からないから一緒に考えましょうと伝え、分かったフリはしない。正直に相手と向き合うことが大切。

**自分が気持ちよくいられたら、相手の話もゆとりをもってきける。自分の機嫌をとるのは自分です。自分の声をまずは大切に聴きましょう。**