



4がつのえんだより

太陽の子保育園 平成23年4月号

東日本大震災が3月11日に発生しました。その後も各地で多くの余震が続いており、原発事故も発生しています。震災で亡くなられた方々のご冥福を心からお祈りするとともに、被災者の皆様ならびに被災地の大切な方をご心配なさっている皆様に心からお見舞い申し上げます。

いよいよ本格的に新年度がスタートします。震災や計画停電などもありなかなか落ち着くことができない環境ですが、ひとりひとりの子どもたちの思いを受け止め、楽しく安心して過ごせますよう保育を行っていきます。



お子たちが安心して楽しい保育園生活を送れますように、下記のことに配慮していただきますようお願いいたします。

- ◎早寝早起き、朝食をとる、排便をするなど、良い生活習慣を身につけましょう。
- ◎持ち物には、すべて名前をご記入ください。
- ◎動きやすい服装・靴にしましょう。
・ひっかかりが少ない服 ・体や足のサイズに合ったもの

毎朝必ず健康観察をお願いします

子どもたちは新しい環境や緊張のため、疲れが出やすくなります。普段と様子が違う場合、登園時に声をかけてください。

- 【ポイント】
- 1 睡眠……………睡眠は十分ですか？
機嫌は良いですか？
 - 2 顔色、食欲……顔色は良いですか？
ご飯はいつもと変わらないですか？
 - 3 肌のようす……ブツブツが出ていませんか？
 - 4 全体……………だるそうにしていませんか？
下痢、便秘をしていませんか？

4月の予定

- 14日(木) 避難訓練
- 15日(金) 心理・発達相談員訪問
園内職員研修
- 18~22日 身体測定の週間
- 20日(水) 春の健康診断(全園児)
- 22日(金) お誕生日会
職員会議
- 26日(火) こいのぼり飾り
子どもの日会
- 27日(水) 幼児体育指導

5月の予定(確定分のみ)

- 7日(土) 親子遠足
園内職員研修
- 12日(木) 避難訓練
- 13日(金) 調理保育(らいおん)
- 16~20日 身体測定の週間
- 18日(水) 幼児体育指導
園内職員研修
- 23~27日 職場体験(羽2中・2年)
- 20日(金) お誕生日会
- 21日(土) 園外職員研修日
- 30日(月) 虫歯予防集会

5/7(土)は親子遠足

午前 10:00 現地集合(予定)
昭和記念公園

詳しい内容は後日しおりを配布致します。



各クラスのお部屋にある「木製のカレンダー」は22年度らいおん組さんが卒園製作でつくってくれたものです。

震災映像、子どもに負担

朝日新聞「アピタル震災特集」より

●テレビ消す・一緒に節電

東京都多摩市の多摩ガーデンクリニックに14日、4歳の女兒の母親から「地震以来、そわそわして、まとわりついてくる」と相談があった。風邪の症状で来院したが、普段と違う様子が気にかかっているようだった。

渋谷区の小児科「かずえキッズクリニック」の医師川上一恵さんのもとにも、小学校高学年の母親から「親から離れたがらない」、「遊びに誘われたのに、地震が怖いから外に出たくないと言っている」などの相談が寄せられた。

どの小児科医も「まず、テレビを消すこと」と助言した。「地震、津波、原発事故の映像がずっと流れていると、知らず知らずのうちに不安やストレスをため込んでしまうのです」

それでも、余震や計画停電で保護者は不安だろう。子どもと一緒にいるときは、情報をラジオで入手すればいい。停電の見通しなどは、電力会社のホームページで確認できる。テレビをつけっぱなしにしないことだ。

「大切なのは、いま、この場所でできることに集中する態度を親が示すこと」と多摩ガーデンクリニックの杉原桂・小児科院長。たとえば、「お母さんは地震で物が落ちてこないように片づけているのよ。お手伝いしてくれる？」と行動で見せる。

臨床心理士の本田恵子・早大教授も「繰り返し災害の映像を見続けると、フラッシュバックを強制的に起こすことになり、不安をあおる」と話す。特に小学3年生以下は、いま起きていることと過去のことの区別がつけにくく、漠然とした不安感に襲われるという。子どもと一緒に節電や募金に取り組むことで、「自分も役に立っている」と力が出てくるという。

日本小児科医会の「子どもの心」対策部担当常任理事、内海裕美さんも「全国の人が被災地の体験を共有することは、決して悪いことではないが、幼い子どもにとっては有害でしかないと知ってほしい」と話す。

子どもがテレビから流れる大津波や原発事故の映像に長時間接することで、ストレスを訴える事例が出ています。専門家は「繰り返し災害の映像を見続けると、不安が募る。映像から離れ、『大丈夫だよ』と言葉に出して伝えてほしい」と呼びかけています。

●大人も注意・力を蓄えて

映像の影響を受けるのは、子どもだけではない。発生後は週末で、一日中テレビにくぎ付けになった人が多かった。「大人にとっても、遠い外国のことではなく、ごく身近な地域の話。繰り返し映像を見ることで、被災者に感情移入して心にダメージを受けることがあります」と精神科医の香山リカさん。

元気が出なかったり、落ち込んだりするの、当然の反応。時間が経てば落ち着いていく、ということ、まず知っておいてほしい、という。

「いま、何もできなくて情けない」と後ろめたく思う必要もない。「私たちが元気出さなきゃ」と、必要以上に前向きになるのも心配だという。「おいしい物、あったかい物を食べて、心身の健康を保つことが、むしろ大切。力を蓄えておくことも、貢献につながるんじゃないでしょうか。今回は、長丁場。いくらでも交代要員が必要になると思うので、出番は必ずまわってきます」

<幼児や小学生が見せる主なサインは>

- 赤ちゃん返りをする
- 親や保育士にまとわりつく
- 無口になる。または攻撃的になる
- 夜一人になることを怖がる
- 地震ごっこをする
- それまで好きだったことをしなくなる

<大人ができる支援は>

- 「大丈夫だよ」と言葉に出して伝える
- 何度でも子どもの話に耳を傾ける
- 睡眠や食事などの日常生活を今まで通り続ける
- 地震ごっこをしても「やめなさい」と言わない
- 刺激を避ける(ニュース番組は見せない。無理に思い出させない)

※日本小児科医会「子どもの心のケアのために」より。一部を今回の地震向けに改変。

ご協力をお願いします

5月28日(土)で一旦区切り送金させていただきます

保育園玄関に東北地方太平洋沖地震災害義援金の募金箱を設置しました。集められた義援金は日本赤十字社の義援金窓口へ寄付され、被災者への支援、被災地の復興のために使われます。

法人としても、募金箱で集めさせてもらった金額と同額の義援金を右記窓口に寄付させていただきます。

東北関東大震災義援金

