



# はるみだより 12月

中央区立晴海幼稚園

TEL03-3532-2923

## 子育てをポジティブに！「あおいたましい」

主任 山本 佑紀

街の木々が少しずつ色付き、秋の深まりを感じていたのも束の間、出掛ける先々できらびやかな装飾を見かける機会が増え、冬の足音も近付いてきているようです。

先日、明星大学心理学部心理学科教授小貫 悟先生の講演をうかがう機会がありました。一教師として、一保護者として大変感銘を受けましたので、ご紹介します。

### 「あおいたましい」

- ◎あせらない  
…数年間がかりの成果でよい。
- ◎おこらない  
…感情的になっていいことはない。
- ◎いい過ぎない  
…後悔を作らない工夫を。
- ◎たのしみにする  
…未来をポジティブに想像する。
- ◎まんぞくする  
…「できた」「納得」を数える。
- ◎しごとする  
…「今、できること、すべきこと」は？
- ◎いごこちよくする  
…「頑張る」だけは苦しい。

➡ 子どもの成長を信じること

子育てのポイント、心構えの頭文字をとった「あおいたましい」です。どれも「なるほど！」の内容でしたが、今回は、「おこらない」「いい過ぎない」を中心に取り上げます。

「怒る」「言い過ぎる」とは、すなわち「叱責」＝「言葉を用いてネガティブな感情体験（恐怖、不安、苦痛、悲しみなど）を与えることで、相手の行動や認識に変化を引き起こし、思うようにコントロールしようとする行為」（『<叱る依存>が止まらない』村中直人, 2022）だそうです。叱責された側は、『防御システムが優位（扁桃体）』となり、『学びのシステム（前頭葉）』が止まるため、脳機能上、思考が停止してしまうそうです。つまり、叱ることに「相手の学びや成長を促進する」効果はない、ということになります。

相手のことを思うのであれば、感情的に叱るのではなく、分かるように説明したり、繰り返し端的に言い聞かせたりすることが有効、ということです。また、「走らない！」（禁止）より「歩こうね」（奨励）、といったポジティブな言い方に変えるだけでも、相手への伝わり方と自分の気持ちがポジティブになるそうです。子育ての悩みは尽きないかと思いますが、小さな成長を喜びながら、ポジティブに子育てを楽しんでいただければ幸いです。何かありましたら、些細なことでもお気軽に幼稚園にご相談ください。

2023年も残り一ヶ月となりました。保護者の皆様には、たくさんのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。どうぞよいお年をお迎えください。

### 今月の指導の目標

- 年少組 \*先生や周りの幼児、他学年がしていることに興味をもって、自分もやってみようとしたり一緒に遊んだりすることを楽しむ。
- 年中組 \*気の合う友達と一緒に自分の思いを表現しながら遊ぶ楽しさを味わう。
- 年長組 \*学級のみんなでする活動を通して友達のよさや考えを受け止め、一緒に力を合わせたり、つながりを深めたりする。

<連絡事項>

日	曜	行事
1	金	安全指導
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	こども会（くじら・あしか） 体重測定（少）
6	水	こども会（かもめ・いるか）
7	木	体重測定（中）学納金引き落とし
8	金	体重測定（長）
9	土	
10	日	
11	月	おはなしポケット（長）
12	火	こども会（少）
13	水	園長相談日
14	木	避難訓練 おはなしポケット（中） 教育相談日
15	金	保護者会 セーフティ教室
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	もちつき会
20	水	
21	木	誕生会（かもめ・いるか）
22	金	誕生会（くじら・あしか、少）
23	土	
24	日	
25	月	第二学期終業式 午前保育
26	火	冬季休業日始（1月7日まで）
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	

○安全指導 1日(金)

寒い日の安全な歩き方や生活の仕方について確認します。

○こども会 くじら組・あしか組…5日(火)  
かもめ組・いるか組…6日(水)  
年少組…12日(火)

詳細は先日配信した手紙をご覧ください。



○避難訓練 14日(木)

火災の訓練後二次避難を行います。

○おはなしポケット 年長…11日(月)・年中…14日(木)

保護者有志の方々が読み聞かせをしていただきます。

○保護者会 15日(金)

園評価、保護者アンケート、冬休みの生活についてお話しします。

年少組 9:10～10:05

年中組 10:10～11:05

年長組 11:10～12:05

・場所 遊戯室

・室内履きと外履きを入れる袋をご持参ください。

・小学校玄関よりお入りください。10分前から解錠します。

○セーフティ教室 15日(金)

幼児・保護者対象に、警察の方から交通安全のルールについてお話をいただきます。

○もちつき会 19日(火)

ふれあい部の方にご協力いただき、もちつきをします。

○誕生会 21日(木)・22日(金)

12月の誕生児をみんなでお祝いします。

○第二学期終業式 25日(月)

楽しかったことや成長したことを振り返るとともに、冬季休業中の過ごし方を確認し、第三学期への期待をもてるようにします。式服着用です。

<1月の主な予定>

- 9日(火)始業式 午前保育
- 10日(水)安全指導 獅子舞の会
- 11日(木)鏡開き
- 16日(火)おはなしポケット（長）
- 22日(月)おはなしポケット（中）
- 24日(水)誕生会（くじら・あしか、少）
- 25日(木)誕生会（かもめ・いるか）
- 27日(金)避難訓練

園長相談日 13日(水) 教育相談日 14日(木)

相談を希望される方は、ふれあいカードに記入して主任にお渡しください。

- ・登園時間は、8:45～8:55です。登降園時間のご協力よろしくお祈いします。
- ・登降園は親子で手をつなぎ、徒歩で通園しましょう。
- ・一日の気温差が大きく、体調を崩しやすい季節です。早寝早起き、食事をしっかり取るなど規則正しい生活に心がけ、体調管理に気を付けましょう。