

能勢ささゆり学園 新年度スタート

学びの丘の桜が満開となった4月9日(水)入学式、33名の1年生を迎え、全校児童生徒416名でのスタートです。学校教育目標を「すべての子どもたちが学びの楽しさと喜びを感じる学校」とし、学びの充実を図っていきます。



1年生の給食は4月14日(月)からスタートしました。最初は6年生の力を借りながら準備をしていましたが、今では自分たちで手際よく配膳など当番の仕事をしています。教室では、平仮名や数の学習が始まっています。「学びの楽しさ」を感じながら、日々たくさんのことを吸収し、学校を楽しんでほしいと思います。



所庭で見つけた虫、
何を食べるかな？



今年も、みんなの手形・足形鱗の付いた、こいのぼりが泳いでいます。

認定こども園
みどり丘幼稚園

毎年恒例「みどり丘こどもの日」

新聞紙でかぶとを折ったり、こいのぼりを製作したり、当日はみんなで山登りやしゃぼん玉教室を楽しみ、5月の端午の節句をお祝いしました。



「つい」「仕方なく…」 を繰り返さないために

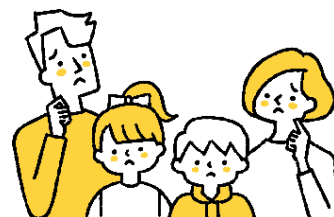
言葉で注意しても言うことを聞かない。

子どもが言うことを聞かないのには、「保護者の気を引きたい」「子どもなりの考えがあった」「言ってることがわからない」「体調が悪い」などいろいろな理由があります。子どもが「嫌だ」という気持ちを持つことは悪いことではありません。まずは、その理由を一緒に考えて対応をとるようにしましょう。



うちの子だけできない… と思ってしまう。

他の子と比べられると子どもにとっては心理的な負担となります。子どもの成長や発達には個人差があります。子ども自身が自分の個性によって困難を抱えている様子なら、適切な手助けが必要となる場合もあります。その場合には専門機関に相談してみましょう。



お家の環境を整えることも大事です。

子どもにとって危険なものや触られたくないものがあるときは、物理的に手の届かない所、見えない所にしまうなど、注意することが起きない環境をつくりましょう。また、親にとって子どもが困った行動をとるときには、子ども自身も何か困っている場合もあります。何に困っているのかを考えてみましょう。

育児に一生懸命になり、つい叩く、怒鳴る等の行為をしてしまったときに、一見、大人の言うことを聞いてくれたように見えるかもしれませんが、それは恐怖心による一時的な反応で、どうしたらよいかを自分で考え学ぶことにはつながりません。同じ繰り返しをしてしまったり、かえって親や保護者との信頼関係を築きにくくなったり、子どもにとって家庭が安心できる場所ではなくなってしまいます。

また、叩く、怒鳴る等が繰り返されると子どもの心身にダメージを与え、成長・発達に様々な悪影響を及ぼすことが科学的にも明らかになっています。

子どもの気持ちや考えにどう向き合ったらいいの？

「あなたの考えはそうなのね」とまずは子どもの気持ちを受け止めてから、自分の考えを伝えるようにしましょう。子どもは受け止めてもらえたと感じることで、気持ちが落ち着きます。そのうえで、どうしたらいいのかを一緒に考えていきましょう。

マナーや習慣を身につけさせたい。

「〇〇してはダメ！」と否定的な言葉をかけるよりも、「理由：他の人にぶつくと危ないよ。」と伝えて、「共感：ぶつかった人が転んだらその人はどう思う？」と考えさせ、「行動の切替：お店では静かに、走りたいときは公園で思い切り走ろうね」と肯定表現で穏やかに伝え、子どもに伝わりやすくなります。

ご相談ください



能勢町では「**子どもの未来応援センター**」を開設し、妊娠期から子育て期にわたるまでの切れ目のない支援を提供しています。

家庭教育支援チーム「ほっこり」(最終ページをご覧ください)や保健師、社会福祉士、管理栄養士、歯科衛生士、保育士が様々な相談に応じます。

心と体の健康相談 食事・栄養相談 お口や歯のこと
家庭・お金の困りごと 子どもとの遊びや育児相談

窓口：能勢町保健福祉センター TEL:072-731-2150

「ほめること」って大切です。

褒めるときは、何が良いのか具体的に褒めることで、子どもに伝わりやすくなり、良い態度や行動が増えていきます。また、自己肯定感を育み、成長に良い影響を与えます。できたことだけを褒めるのではなく、がんばっていることを認めてあげることも大切です。



保護者自身のセルフケアも忘れずに！

自分自身が、ストレスがたまっていたり、体の調子が悪かったりすると、思わず子どもに当たってしまい、そのことでまたストレスを抱え悪循環に陥ったりすることも。健康で楽しく子育て生活を送るには自身のセルフケアも大切です。

ストレスの原因を知る

ストレスや疲労がたまってくると、つい感情的になってしまいがち。まずは、無理しすぎていないか思い返して、ストレスの原因を振り返ってみることで気持ちを整理してみましょう。

- 1 朝日を浴びて体内時計をリセット！
体調が安定して穏やかな気分になる。



- 2 朝食をしっかり食べてポジティブ思考に！



セルフケアと深呼吸

前回のほっこりで掲載した「ストレスへの対応力を高めるセルフケア8選」を抜粋しています。セルフケアの参考にしてみてください。時間や心に余裕のないときは深呼吸がおすすめです。また、ゆっくり5秒数えたり、窓を開けて風に当たるなど、気分転換を図ることでイライラを鎮めることができます。

- 3 育児・家事・仕事をひとりで抱え込まないで！周囲の人に相談したり、協力を求めたりして心身の負担を軽くしましょう。



- 4 孤立や孤独は、ストレスや負担感となって不適切な子育てや心身の病気の引き金に。対面が難しいときはSNSやメール、インターネットや電話を使って人とつながりましょう。



- 5 快眠は心身の疲れをいやし、気持ちをポジティブに！



- 6 体を動かして心の緊張をほぐしていきましょう！

- 7 自分のために時間を使う！「楽しい」「気持ちがいい」と思える時間を持って、気持ちをリセット！活力がわいてきます。



- 8 心身が疲れ果てる前に誰かに相談しましょう。「相談してくれたら力になれるの」と思っている人はたくさんいます。「助けられ上手」になってセルフケア能力をアップしましょう。



おせっかいおばちゃん 子育て体験談

「子が育ち大人になった今、親として感じていること」

私には4人の子どもがおり、一番上の子は今年社会人になりました。1人目は理想と対面を気にして、怒ってばかり、2人目、3人目も何かとイライラとして…。今思えばかわいそうなことをしたと思っています。片づけなど、うるさく言ってやらせていたことも、大きくなるにつれ段々と自分でできるようになり、いろいろ強要しなくなると、私の心は穏やかになり、怒ることってそんなにないのだと気が付きました。

特に小さい頃は子どもを所有物のように誘導したり、怒りをぶつけてしまったりしますが、子どもは「一人の人」として接することを頭に置いて、冷静になるように心がけていました。子どもには、善と悪、礼儀を大事にするように伝えていましたが、子ども自身が他の子に正義感を振りかざして嫌われてしまっても困るので、伝え方は子どもにとって難しいと思います。これも子ども自身が痛い目にあって学んでいくとも思いますが…。

末娘とは、今も毎日一緒にお風呂に入り、一日の出来事を聞いています。

子育てでやり直せるなら直したいことばかり思い浮かびます。私にとって子育てとは最大のストレスであり、最高の喜びを得るものだと感じていましたが、今のところ、ストレスよりも喜びの方が多いのかなと改めて感じています。

就学援助(学用品などの補助)を知っていますか？

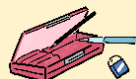
就学援助とは経済的理由等により就学が困難な児童の保護者に対して援助を行う制度です。

対象者

町民税が非課税または減免された方。個人事業税、国民年金保険料、国民健康保険料などが減免された方。児童扶養手当を受給されている方。保護者が死亡、疾病、廃業・失業等された方。生活保護が停止または廃止された方。災害等に罹災され経済状態・生活状況が著しく悪化された方等。

援助内容

新入学時の学用品、学用品、校外活動費、修学旅行費用など



※7月、12月、3月の3期に分けて支給されます。1期分はすでに締切になっていますが、2期目以降の申請が可能です。詳しい内容、申請方法などは 教育委員会学校教育総務課 (TEL:072-734-2693)へお問い合わせください。

子どもの未来応援センターってなに？

妊娠期から子育て期にわたるまでの切れ目のない支援を提供します

「大阪のてっぺん能勢での生活」を楽しむ

「マタニティーライフ」を楽しむ

「子育て」を楽しむ

「地域とのつながり」を楽しむ

気になったことはすぐ相談できる「人」がいる！

能勢町ではママ・パパの育児や生活を支援することで

子どもの輝く未来を応援します！



令和
7年度

こんにちは
家庭教育支援チーム
「ほっこり」です！

こんな活動をしています

- 年に3回(6月、10月、1月)情報誌「ほっこり」やお得な情報を持って、お家に訪問しています。対象年齢は5歳児、1年生～6年生です。
- 能勢ささゆり学園八年に3回、「ほっこり週間」として1週間、支援員が学校での様子を見学します。



北 智恵美 (きた ちえみ)

訪問したときの会話の中で私も学ぶことがあり楽しみです。気軽に話してくださいね。

倉脇 清美 (くらわき きよみ)

♪ネギBON BONというバンドで秋のライブに向けてキーボードのアレンジ譜を書いて練習中です。

支援員より一言！



出水 直美 (でみず なおみ)

今年度から、メンバーに加わりました出水直美です。能勢で生まれ育ちました。今は3人の子どものお母ちゃんです。よろしくお願いします。初めてのことでわからないことばかりですが、皆様とお会いできるのを楽しみにしています。

若崎 千景 (わかさき ちかげ)

今年度からメンバーに加わりました若崎千景です。生まれも育ちも能勢町です。子どもは3人います。もう大人になってしまいました…三人三様、子育ては思いどおりにいかないことの方が多いですね。でも、子育てを通じてたくさんの出会いがあり、いろいろな経験ができて本当に良かったなあと今では思っています。お子さん、保護者さんのお話をたくさん聞かせていただけるとうれしいです。よろしくお願いします。

中澤 久仁子 (なかざわ くにこ)

昨年は、新たな出会いがあった1年間でした。今年もお子様の様子などお話を聞かせてください。

中谷 悦子 (なかたに えつこ)

社会人、大学2年、高校3年、中学2年の子育て中です。皆さんの子育て談を教えてください。

新田 千佳 (にった ちか)

今年も支援員として、皆様のお役に立てたらうれしいです。よろしくお願いします！

村本 和子 (むらもと かずこ)

自然の音を聴き、四季を感じて、毎日過ごしています。ご家庭の皆さんと、いろいろな話ができることを楽しみにしています。

清水 奈都子 (しみず なつこ)

子の成長とコロナ禍で図書館から足が遠のいてしまいましたが近頃復活。つつい足が向くのは「えほん棚…♪」本年度もよろしくお願いします。