

食にまつわる話 ● 「どうぞ」と手渡されると好きになる!?

日々の生活の中で、子どもが食べ物を手にする場面はさまざまです。「どうぞ〜」と手渡されることもあれば、何かよいことをしたときに「ご褒美だよ」とおやつをもらったり、あるいは所定の場所に置かれたおやつを子どもが好きにとっていく場合もあるでしょう。食べ物を手にする状況によって、その食べ物への好みは違ってくるのでしょうか? アメリカの、3~5歳の子どもでの研究例をご紹介します。



子どもがあまり好んで選ばなかった食べ物を、6週間、繰り返しあげ続けます。食べ物をあげる状況は、大きくわけてつぎの2通りです。

- ① 大人がにこやかに話しかけながら、直接子どもに手渡す。
- ② 子どもと直接やりとりをせず、決まった場所に置いておく。

6週間後、食べ物にたいする好みの変化を調べました。すると、子どもに声をかけ、直接食べ物を渡し続けた場合に限り、子どもはその食べ物を以前より好むようになりました。子どもと直接やりとりをせず、ただ決まった場所に食べ物を置いておく場合には、好みの変化は起きませんでした。

「子どもに声をかけて食べ物をあげる」というのは、ごく日常的に見られる場面です。何気ない日々のことのように、実はそれだけで意味のある、大切なことなのですね。

出典 ● Birch LL., et al. 1980.
The influence of social-affective context on the formation of children's food preferences. Child Development, 51, 856-861

お料理レシピ ● 家族揃って、ゆっくり朝ごはん! -パンケーキ-

朝のお母さんは何かと忙しいものです。子どもに「早くご飯を食いなさい!!」とつい一言。また、お父さんも仕事が忙しく、普段は子どもの寝顔しか見ないなあ〜というご家庭も多いのではないのでしょうか?

家族揃っての食事は子どもの情緒を安定させるだけでなく、家族にとっても豊かな時間となるはず。ホットプレートでパンケーキを焼きながら、いろいろな食材をはさんで食べる簡単朝ごはんをご紹介します。是非休日にお子さんと一緒に楽しみながら作ってみてください。中の食材は、納豆、ハム、ポテトサラダ、カレーの残りなどなんでもOK!

今回は、ツナマヨネーズあえ、果物ヨーグルトあえをご紹介します。

ツナマヨネーズあえ

材料 ●●●
・ツナ(缶詰め)80g・きゅうり1/2本・塩 少々・マヨネーズ大さじ2

作り方 ●●●
① きゅうりは薄く輪切りにし、塩でもんで、軽く絞る、水気を取る。
② ツナとマヨネーズをあえ、①と混ぜる。

果実ヨーグルトあえ

材料 ●●●
・バナナ1/2本・いちご4個・キウイ1/2個・ヨーグルト(無糖)80cc

作り方 ●●●
① 果物を適当な大きさに切って、ヨーグルトと混ぜる。



管理栄養士でもある岡本秀己さん(滋賀県立大学人間文化学部)と岡本ゼミの学生のみなさんに考えていただきました。

パンケーキ(4~5枚分)

材料 ●●●
・薄力粉 1.5カップ・砂糖 大さじ2強・重曹 小さじ1・卵 1個
・酢 大さじ1・牛乳 3/4カップ・バター 適量

作り方 ●●●
① ボールに薄力粉、砂糖、重曹を入れて空気を含ませる感じでよく混ぜ合わせる。
② ①に卵、レモン果汁を入れ、よく混ぜ合わせ、さらに牛乳を入れて混ぜる。
③ ホットプレート(160℃)にバターをのせ、②の生地を丸く流し入れる。
④ 表面にぷくぷく気泡が出て、いい焼色になれば裏返して、少し焼く。
⑤ パンケーキに具をはさむ。

うみかぜだより 第14号

2011.6.1



こんにちは! 「うみかぜだより」です♪♪♪

2011年3月11日。日本に生まれ、暮らしてきたどの人にとっても忘れられない日となりました。春を呼ぶといわれる奈良・東大寺のお水とりの前日でした。はや季節は夏へと移って来ますが、東日本大震災で失われた多くの生命を思う辛い気持ちは人々の心に深くあり続いています。これからも消え去ることはないでしょう。亡くなられた皆さまに謹んでお悔やみ申し上げます。そして、被災された皆さまに心よりお見舞い申し上げます。そのご苦勞が少しでも早く軽減するよう強く願います。

震災直後から、日本国中でさまざまな支援の取り組みが進められてきました。関西広域連合(滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、和歌山県、鳥取県、徳島県)の一翼として、滋賀県は被災各県を、とりわけ福島県を支援することになっています。救援物資を届けることや避難所支援職員、消防援助隊、医師、看護師、保健師、心のケアに携わる専門家集団などの派遣が継続されています。さらに、滋賀県への避難を喜んで受け入れる旨も表明しています。5月10日現在で78世帯、270人の方々被災地から滋賀県に移ってこられました。このうち幼稚園、小・中学校、高校に在籍することになった子どもたちは72名だそうです。さらに保育園に籍や未就園のお子さんをくわえると100名超となる子どもたちが滋賀県にやってきていることになるでしょう。お子さんたちの滋賀での暮らしが少しでも楽しく希望の感じられる時間となるように、いろいろと必要なことを考えていかねばなりません。

他方、被災地に残っている子どもたちの暮らしも心配です。

東日本大震災被災者応援「愛知ボランティアセンター」では、死者行方不明者27754人(4/20午後6時、警察庁まとめ)をもとに、保護者を亡くした震災孤児遺児の数を、約3700人と推定しています。そして、「今、高校生の孤児遺児から、お母さんのおなかにいる子どもたちまで」「すべての孤児遺児が高校を卒業する19年後(2030年)まで」「あなたの銀行口座から、毎月11日に、1口=ワンコイン(500円)を、自動送金する」ことを呼びかけています。送金先は、ゆうちょ銀行など複数の金融機関に設けられた「愛知ボランティアセンター銀行口座」です。この団体の母体である「阪神淡路大震災でお父さんお母さんを亡くした中学生高校生に奨学金を贈る中学生高校生の会」では、これまで16年間、街頭募金などから、総額3100万円、のべ545人の孤児遺児に激励金を贈って来ています。今回も、孤児たちが大人になるまでの長期間にわたる支援を、幅広い人々の思いを汲み取って継続していこうという意気込みのようです。同様の志による取り組みは他の団体でもさまざまに行われています。これらがうまく進むように願い、企画と実践への敬意を厚く表したいと思えます。

地震、津波による大きな被害、さらに今後いつまで続くかわからない東京電力福島第一原発事故と、私たちが背負わなければならないものはまさに未曾有です。その荷を子どもに現在と未来に負わせることのないよう、その荷が少しでも軽く済むよう、大人にできることは何か、じっくり考えて行動していきたいと思います。

みんなあつまれ *毎月1回土曜日開催

と き 6月25日(土)10:00~12:00
と ころ 滋賀県立大学交流センター 2階研修室

子どもの発達や対人関係がちょっと気になる、育てにくさを感じている、そんな悩みや不安を相談しあったり、情報交換をする集まりです。誰かに話せば気持ちが軽くなることも。対象は、3歳~6歳のお子さんご家族です。気軽に参加してみてくださいね♪

参加無料、事前申込不要、です。
問合せ先 / uspnari@yahoo.co.jp (成松)

2011年度の「みんなあつまれ」の活動は、『財団法人京都新聞社会福祉事業団福祉活動支援助成事業』として実施しています。

ことばを育てる親の会 第1回講演会

と き 6月26日(日)10:00~12:00
と ころ 滋賀県立大学交流センターホール

田中康雄氏(北海道大学大学院教育学研究院、附属子ども発達臨床研究センター教授)講演「こどもの力・育ちを信じるためにかかわる私にできること」参加は無料ですが事前申し込み(先着600名)が必要です。参加は無料ですが事前申し込み(先着600名)が必要です。託児はおひとり500円、先着20名でお受けします。主催:滋賀県ことばを育てる親の会/協賛:滋賀県立大学子育て応援ラボ「うみかぜ」

<申込方法>
① E-mail ● hikonekotoba@gmail.com (標題に「講演会申込」と明記ください)
② 郵便はがき ● 〒522-0041 彦根市平田町267番地 平田小学校ことばの教室「親の会」
問合せ先 / 講演会事務局 tel.0749-24-1210(11:30~13:30)

うみかぜだより 第14号

発行 子育て応援ラボ「うみかぜ」(竹下秀子研究室内) 彦根市八坂町2500 滋賀県立大学人間文化学部 tel.090-7343-2405 fax0749-26-7235
編集 井上悦子・上野有理・竹下秀子・丸澤由美子 イラスト 丸本香織(ゆったりと子育てしよう。へえ〜!?な話)

望ましいコミュニケーションとは？

コミュニケーションの種類

今日、人とのようなコミュニケーションをしたか、思い出してみましょう。朝のわが子への「お弁当できたから忘れずに持って行ってね。」とか、「ちょっと、ゴミを出しておいてくれない？」などの言葉が出てくるのではないのでしょうか。これらは発話することによって子どもを動かそうとする、明確な目的を持つ言葉です。しかし、このような指示的な言葉ばかりでコミュニケーションしていたら子どもも大人も強いストレスの中に置かれてしまいます。

もう一方で、「おはよう。」「スズランの花が咲いたね。」「今日はいい天気ね。」などの言葉は、先にあげた指示・要求とは質が異なります。これは発話することによって相手を動かすというよりも、あいさつしたり、目の前に起こっていることを相手に知らせたりして相手と共感することが目的となります。友達と長話をしたあと、楽しかったけれどいったい何を話したかしらと思うことはありませんか？ 話したことでどうなるものではないことでも、相手と思いが通じたという体験は大きな喜びとなって人を支えてくれます。

このように、私たちのコミュニケーションは自分の目的のために他者を動かすための実用的なもの、相手と気持ちを通じ合わせるためのものの2つの種類に分けることができます。

私たちはこの2つのコミュニケーションをうまく使いこなしているのでしょうか？ どちらかに偏ってはいませんか？ 要求や命令ばかりに偏らないコミュニケーションを心がけ、心通じ合う喜びの中で生活していきたいものです。



社会性を育てることばかり

ある小学校での一つの出来事を紹介しましょう。2年生の教室では今、終わりの会が行われています。活発な意見が出されていますがどうも一人の女の子に抗議が集中しているようです。

「Aちゃんは、いつもいばるので困ります。」
「私がBちゃんと遊んでいたら、AちゃんがBちゃんを取ってしまいました。」
「Aちゃんをよくにらむので恐いです。」等々…。

Aちゃんは勉強がよくできて勝ち気な女の子です。家では長女でやや厳しく育てられており、お母さんの話では我慢させることが多いとのことでした。担任の女性教師はどのようにしてこの場を納めようかとしばらく思案してから、Aちゃんにこんな言葉かけをしました。

「Aちゃんはお友達が欲しかったんやね」と。
すると、それまで友達をにらみつけていたAちゃんの目から大粒の涙が溢れ、泣きながらわずかに頷いたのです。

その後は素直に謝り、もう二度と同じようなことはしませんでした。また、このことで担任との信頼関係も強くなりました。

叱られるのではなく自分の気持ちを理解してもらったことで安心し、教師を信頼して指導を受け入れることができたのでしょう。心を理解し代弁することは、社会性を育てる上でも大切なことです。



参考文献 ● 長崎勤・小野里美帆(1996)「コミュニケーションの発達と指導プログラム—発達に遅れをもつ乳幼児のために」日本文化科学社

ふれあい遊び



♪ おつかいありさん ♪
関根栄一作詞・團伊玖磨作曲
あんまりいそいで こっつんこ
ありさんと ありさんと こっつんこ
あっちいって ちゃん ちゃん
こっちきて ちゃん



お母さんのお膝の上にお子さんが向かいあって座り、揺れを楽しむ遊びです。お母さんはお子さんをのせて膝を上下に揺らし、トントンとさせます。お母さんの膝に座るとお子さんは、「今から何が始まるの?」といった表情でドキドキ・ワクワク★ 揺れ始めると、おとつと落ちないようにバランスをとったり、揺れの楽しさに声をだして笑ったりします。揺れの大きさに振り落とされないようにギュッとお母さんの腕や足を握る子ども、お母さんに「手をつないで〜!」とお願いする子ども、わざとどこも持たずに振り落とされるのを期待して待

つ子ども…と本当にさまざまな姿が見られます。「大きいアリさんがいい!」「あかちゃんアリさん!」「はや〜いアリさん」「ゆ〜っくりなアリさん」と揺れの大きさをリクエストする子どもも!

膝の上でできるふれあい遊びなので、お散歩先、ちょっとした待ち時間など、子どもとのスキンシップにいつでもどこでも気軽にすることができます。お子さんはどんなアリさんが好きでしょうか? いろいろなアリさんを試して、お気に入りのアリさんを見つけるのも楽しいですね♪



世界の子育て
— フランス —

フランス南西部にあるトゥールーズ(Toulouse)は、人口からいうとフランスの第四都市です。学生も多く、文化、気候、食生活どれをとっても豊かで、明るいオレンジ色のレンガ、また「violon」という紫色の花、そして鴨(フォアグラなど)の産地として有名です。今回はトゥールーズに在住の則松宏子さん(トゥールーズ第二大学)に、フランスでの子育てについてご紹介いただきます。

フランスでの出産・子育て時期における父親の参加、女性の就業や子育て支援についての印象をお伝えします。

まず、私自身市内の病院の産婦人科に妊娠期間中の毎月の検診で通っている際、9割以上の妊婦さんが夫同伴で来ているのに少々驚きました。夫の立会い出産が以前から当たり前化している社会とはいえ、診察は平日なので、毎回仕事を休んで検診に来ている方も多いと思います。産休は、女性は第一子の場合通常16週(産前6週・産後10週)ですが、2002年から産後11日間の「父親の産休」も法令化され、これをとる父親は2004年の調査で約66%、公務員で87%にのぼり、年々上昇しているそうです。

就学前の0〜6歳の乳幼児受け入れ施設については、0〜3歳児には多様な託児システム(保育園、保育ママさん、ベビーシッター、一時託児所など)が利用され、3〜6歳児は幼稚園という構図です。フランスの幼稚園は、その9割が公立で費用は無料、託児システムも併設されているので、親の就業状況にかかわらず3〜6歳児のほぼ100%が通っています。さらに専業主婦が週に1〜2度、0〜3歳児を預けられる安価な託児システム(エプセ Garden)が各市町村に存在し、多くの方がこれを利用してきます。このような公的な育児支援システムにくわえ、子供のいる世帯への税制上の優遇などの国家政策のためか、近年フランスでは合計特殊出生率が上昇し、2001年のデータで1.90(日本で同年1.33)、欧州各国の平均1.57を大きく上回っています。また6歳未満の子どものいる世帯の女性有業者率はフランスで58.6%(日本で34%、厚生労働省)で、内62%がフルタイム就業者とその割合は欧州の中でも高いそうです。そのため私の周囲でも、産休や育休後、仕事に復帰するお母さんが多数派を占めていますし、仕事を持つ母親への社会の寛容さがいろいろな場面で感じられます。これらの選択はあくまで個人的なものとはいえ、男女の役割分担、女性の就業、子育て支援などの点で、日本と少々異なる人々の意識が感じられるといえるかもしれません。

● オレンジ色のレンガに囲まれたトゥールーズの町並み



● トゥールーズ名産のフォアグラ