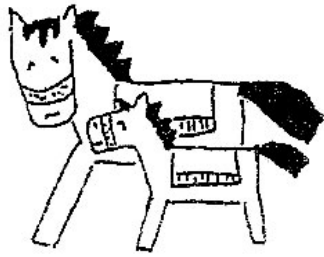


お馬のかあさん  
やさしいかあさん  
子馬をみながら  
ぼっくりぼっくり  
あるく

# おうまのおやこ

子育ても  
あせらず待ちましょ  
ポックリ、ポックリと



令和2年 11月 NO.312

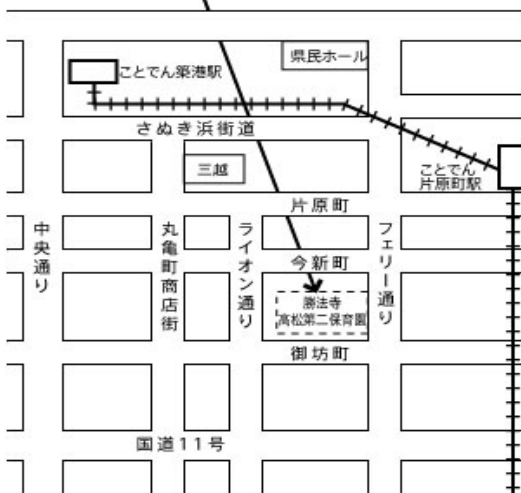
〒760-0044 香川県高松市御坊町2-2  
高松第二保育園内地域子育て支援センター  
TEL:087-821-9347 FAX:087-851-0857  
<http://oumanooyako.sakura.ne.jp/>

(厚生労働省・高松市委託事業)

～どなたでも～		11月の主な活動		～お気軽にどうぞ～
11月 7日 14日	土	体験保育 10:00～11:00	秋日和の日は、みんなで園庭に出て、 いっしょにあそびましょう。	
11月 9日	月	香川みすゞさんの会 14:00～16:00	大切な家族や友人、ペットの死に よりそう「グリーンワークかがわ」の 方をお招きします。	
11月 12日 26日	木	こうさぎおはなし会 15:30～16:30	低年齢向けの絵本やおはなし、 ペープサートなど楽しい会に どうぞおいで下さい。	
11月 13日 27日	金	うたうたい「カラヴィンカ」 19:00～20:30	日頃の疲れをとる整体をしてから うたいます。思いっきり声を出して 身心共にすっきりです。	
11月 14日	土	絵本と小物づくり 14:00～16:00	画用紙マジックでアンパンマンやドラえもんなど 好きなマジックをつくります。	

・火～土の9:00～18:00までは、園内開放して いますので、親子でご来園下さい。 (但し、月・日曜・祭日は休み)	育児相談（月～土）9:00～18:00 しつけや子育てについての悩み、保育園生活 入園・見学についての相談もどうぞ。
--	--

香川県高松市御坊町2-2  
地域子育て支援センター



金子みすゞ童話全集 3  
「空のかあさま・上」より

お花だったら  
お花だったら、  
とてもいい子になれる。だる。  
ものが言えなきや、あるけなき  
なんでおいたをするものか。  
だだけど、誰かがやって来て、  
いやな花だといぼむたら、  
すぐに怒ってしぼむたら、  
お花のようにはなれまいな。  
お花のようにはなれまいな。

☆今月の内容 — 「精神疾患のある親と暮らす子どもたち」 「おもちゃ選び 年齢に応じて」

## 精神疾患のある親とくらす子どもたち

ドイツの児童書を翻訳した「悲しいけど、青空の日」が出版された。9歳の女の子・モナが、さまざまな人との出会いを通して大好きな母親を苦しめる精神疾患への理解を深めていく物語だ。「ひとりじゃないよ」と同じ境遇の子どもたちへのそんなメッセージを込め、相談先も盛り込んだ手引きの書となっている。

郊外の小さな家。モナはママと2人で暮らす。ぬいぐるみのマックスといつも一緒。ママと一緒に過ごせる日はうれしくて「青空の日」だ。

でも、「悲しい日」もやってくる。ママの体調が悪くて横になっている日だ。部屋の片付けをして、食事を代わりにつくることも。横たわるママを起こさないようにそっと毛布をかける。ママの不調は自分のせい、と思い込んでしまうモナ。だれにも相談できずにいると学校の授業で精神疾患のことを習う。

先生に初めてママのことを話す。先生は「ママの調子が悪くなるのは、あなたのせいではないのよ。みんなと同じように楽しくしていいのよ」と語りかける。そうすれば、悲しい日を「悲しいけど、青空の日にできる」と。

続く第2章では、モナが様々な出会いを通じて知った精神疾患のことを、子どもにも理解しやすい言葉で解説していく。精神疾患のある親をもつ子ども向けの相談先も紹介。第3章は大人向けの解説が展開される。

精神疾患の親がいる子どもたちの支援を行うドイツの団体で活動するシュリン・ホーマイヤーさんの原著を、佛教大学准教授の田野中恭子さんが翻訳した。田野中さんによると、原著はドイツの精神科病院や支援機関に置いてあることが多く、患者に子どもがいる場合に紹介されることがあるという。

田野中さんは保健師で、精神疾患のある親をもつ子どもの研究に取り組んできた。

2012年ごろから、精神疾患のある親をもつ子どもたちの集いに参加するようになった。病気に苦しむ親を気遣う子どもは、親の病気を友達や先生に隠しつつ、家事をこなす。問題を一人で抱え込みながら、何とか日々の生活を送っていることを知った。

ほどなくして、原著を初めて読んだ。そうした子どもの心が物語性に富んだストーリーにのせて書いてあった。日本語の文献がまだ少なく、翻訳を決めたが、出版社に相談しても「採算が合わない」と断られ、月日が過ぎていった。



こうした子どもたちへの支援情報を発信する NPO 法人「ぷるすあるは」（さいたま市）の助言を受け、クラウドファンディングを呼びかけた。目標の 250 万円を達成し、出版にこぎつけた。

日本では、精神疾患のある親をもつ子どもたちの実態調査が進んでいない。人口が日本の 3 分の 2 ほどのドイツでは、こうした子どもたちは約 50 万人と推計されているという。

近年、子どもの立場だった人たちが交流するグループが全国各地に増えている。田野中さんは「子どもは悲しさでいっぱいにならないように、だれかに相談して元気になれる時間をもってほしい。周りの大人は子どもの気持ちを受け止め、一緒にできることを考えてほしい」と話す。ユーチューブで朗読動画 (<https://youtu.be/m-JaWohaUsQ>) を公開している。

136 ページ、2640 円。サウザンブックス社。

朝日新聞（2020 年 8 月 22 日）

## おもちゃ選び 年齢に応じて

身近な材料で手作り「親子でわくわく感」



自分の子どもにはどんなおもちゃが向いているんだろう。そんな悩みを持つ親は少なくないが、「おもちゃコンサルタントマスター」で札幌市在住の菊池三奈さんによると、就学前の乳幼児は年齢に合ったおもちゃ選びのポイントがあるという。身近な材料を使って親子でおもちゃを手作りするのもお勧めだ。

おもちゃコンサルタントマスターは、認定 NPO 法人芸術と遊び創造協会が認める資格。菊池さんは「子どもの五感を刺激して体や心の成長を促すことができ、将来的なコミュニケーションや問題解決の能力向上にもつながっていく」とおもちゃ遊びの大切さを強調する。

年齢別のおもちゃ選びの目安としては、1 歳未満は特に素材や形状の安全性を重視して、木製のガラガラや車、または放ったり、くしゃくしゃにしたりと用途の多い薄手の布などが向いているという。

1～2 歳は手指や体の動きが楽しくなるので、穴や輪にひもを通したり、物

を引っ張ったり、トントンとたたいたりする遊び。3歳になると組み立てて一つの物を作る積み木やパズルなどに興味を持つ。

子どもの遊びにずっと付き合うのは、家事や他のきょうだいの世話があって大変という親の声に、菊池さんは「遊び始めと、子どもが親に見てほしいというサインを出したときの2回がとても大事で、あとは見守っていて大丈夫」とアドバイスする。

4～6歳は、より複雑な積み木やパズルなどのほか「ぜひ、簡単な言葉や数字を使うカードゲームに挑戦してほしい」と菊池さん。「子どもにとって遊び方のルールに従って友達と関わる新たな体験。カードゲームの種類によって自分の得意、不得意分野を知り、相手を認めたり、協力したりする楽しさに気づいていく」という。

手作りおもちゃの魅力について、菊池さんは「身の回りでおなじみの素材が、面白い物に変身するわくわく感を親子で感じられる」と説明。芸術と遊び創造協会が運営する東京おもちゃ美術館のホームページにも情報発信している。

「3分でわかる おうち遊びシリーズ」のコーナー(<http://goodus.jp/series/1/1669>)に

①新聞紙を丸めてビニールテープを巻いて食べ物を作る「新聞紙でおままごと」

②紙にペットボトルのふたなどを貼ってビー玉を移動させる「けん玉迷路」

③紙コップを逆さにして、木に見立てた割り箸を刺し、紙で作った輪を投げる

「森のわなげ」の動画3本を紹介している。

菊池さんは電子ゲームやスマホでの遊びについては「まったく利用しないのは難しい

かもしれないが、子どもはゲーム画面に夢中

になり、お母さんは安心して子どもの姿を

見なくなる。子どもが幼い間は、おもちゃ

遊びを介して親子で向き合いながら信頼関係を

築いてほしい」としている。

年齢に合わせた  
おもちゃ選びのポイント  
※菊池さんへの取材を基に作成

1歳  
未満

素材や形状の安全性を重視して、木製のガラガラや車、用途の多い薄手の布など



1~2歳

手指や体の動きが楽しくなるので、穴や輪にひもを通したり、物を引っ張ったり、トントンとたたいたりする遊び



3歳

組み立てて一つの物を作る積み木やパズルなどに興味を持ち始める



4~6歳

より複雑な積み木やパズルなどのほか、簡単な言葉や数字を使うカードゲームに挑戦を

