

# にじのこ

令和5年  
3月17日発行  
第27号



## ログさんち♡子育てほっと情報

こんにちは!ログさんちです。  
新しい始まりの季節がやってきました。  
子育てをしながら、自分の好きなことを  
思いっきり楽しんでみませんか?

### “ログさんち”あの日あの時



森の  
クラフト  
講座



森の  
つりばし



豆まき会



自然  
くらぶ  
(焚き火)

## わたし流 子育て

### 元気が一番

高本 茉依 (3児の母)

私には小2の長男、年長の次男、年少の長女がいます。男の子の体力と元気の良さに長女も加わり、私はついていくのに必死です!!「男の子は小さいとき、身体が弱い」そんなことをよく聞いていました。長男が生まれた時は過敏になっていましたが、怪我はしても重い病気もなく元気に成長してくれました。まさか下の子どもたちで悩むことになるとは思いませんでした。

「熱性痙攣」という言葉は我が子がならなければ知らない言葉だったかもしれません。最初に入院したのは生後6カ月になる直前でした。熱があったので病院に行き、風邪かな

と言われ帰宅してすぐにパターン!!と音がし、振り向くと次男が硬直し痙攣し白目になっていたのです。目を離れたすきに誤飲したの



かもしれないと思い、口を開いて手を入れると締付けられ抜けませんでした。救急車を呼び一緒に乗っている間も意識が戻らない次男を見守ることしかできません。救急で診てもらい一旦帰宅し、かかりつけ医に行くことを勧められ次の日病院に行くと、病院で痙攣したのです。30分も意識が戻らず痙攣し続け、入院になりました。それから4日間で5回痙攣し、原因もわからず1週間入院しました。退院間近に体に発疹が出たことから熱性痙攣の原因は突発性発疹の副反応だと言われました。

次に入院したのは1歳3カ月でした。病院のベッドに寝ている次男を見て毎日泣いていました。退院はできても、熱が出るたび1日中寝ずに様子をみていた時もありました。次男が何事もなく成長し落ち着きかけたころ、今度は長女が2歳4カ月で痙攣。夕方から意識が戻らず即入院。次の日の昼まで目を覚ましませんでした。昼頃目が覚めて安心したのも束の間、歩くことも立つことも出来なくなっていました。CT・MRIと調べてもらいましたが原因不明。小児病棟で毎日リハビリを続け、10日後歩けるようになりました。

その退院後からは、次男と長女は風邪をひくことすらなくなりました。普段元気だと忘れがちになり怒ったりしてしまう時もありますが、元気が当たり前ではなく、「元気でいてくれてありがとう、それだけで幸せだよ」と思います。

# 特集



子連れでもOK

## 「ままいこいの会」で自分時間♪



がんばっています!!

令和4年度スタッフです。ままいこいの会は現役ママたちで運営しています。



### ハンドメイド

日常生活に彩りを

月1回  
ログさんち  
2階

ドライフラワーを使いリースやしめ縄、オーナメントなど季節に合わせてインテリア雑貨を作っています。持参するものはほとんどなく一つ一つ丁寧に教えてもらえます。毎回素敵な作品ができ持ち帰り飾って楽しめます。

ログさんちを中心に「ままいこいの会」というサークルが活動中なのをご存じですか？

今年で38年目を迎えるこの会には、さまざまな講座があり、ママたちのリフレッシュ、仲間づくり、情報交換、スキルアップ等の場として長く続いてきました。講座中は、皆で子守りをしながら、運動や製作、おしゃべりに悩み相談まで…

何かに夢中になって自分時間を満喫してみませんか？

令和5年度より「手作りパン」が開講!! 全12講座でスタートです



### フラワーアレンジメント

季節の花を飾って癒しを!

月1回  
ログさんち  
2階



初めての方も、経験者の方も、楽しくおしゃべりしながらお花に触れてみませんか? 完成した作品を家に飾って毎日目にするだけで、癒されて元気をもらえますよ。

### ママフィット

月1回  
先生のスタジオ

普段あまり運動しない人でも大丈夫!

音楽のリズムにのって、先生の動きに合わせて楽しく身体を動かします。終わった後は、汗をかいてスッキリ! ママと一緒に子どもたちも楽しめる講座です♪



### 美フレッシュヨガ

楽しみながら美しく

月1回  
日本総合教育  
専門学校



その日のみんなの体調に合わせてレッスンしています。朝から気分がのらない時や疲れが残ってる時でも、レッスンをした後は視界良好で体全体がスッキリします。月に一度、体を整えてみませんか?

### ハーブ

日常にハーブが加わると楽しくて面白い!

月1回  
ログさんち  
2階

生のハーブを使ったハンバーグ等の料理をしたり、肌に優しい石鹸を作ったりしています。「ハーブに捨てる場所はない」と、先生はハーブの事なら何でも教えてください。香りだけではなくハーブの魅力を是非味わってみてください。



### 華道

季節の花に癒され、心が華やかに

月2回  
ログさんち  
2階

夏には涼しげな花、クリスマスには華やかな花など、季節によってさまざまな花を楽しむことができます。花の名前を覚えることができるのも魅力の一つです。初心者でも先生が丁寧に教えてくださるので安心です。



### ハッピースクラップ

眠っている写真たちを活かせませんか?

月1回  
ログさんち  
2階

子どもの写真を撮ってもなかなか現像しない方は少なくないと思います。そんな眠っている写真を使って、素敵な作品に仕上げるのがこの講座です。子どもの作品を撮影し可愛く保存するのもあります。



### バドミントン

未経験でも子連れでもOK!!

週1回  
玉名市内の  
体育館

貸しラケットもあるし、子守りも交代するので心配いりません♪毎週来れる人も月1回の人も、みんなで楽しくゲームをしたりお話をしたり、とても楽しい講座です!



### ビーチボールバレー

初心者でも大歓迎

週1回  
玉名市内の  
体育館

ビーチボールはやわらかく当たっても痛くないです。ミスも笑いに♪笑いの絶えない楽しく発散できる講座です。子どもの子守りも交代で行うので、赤ちゃん連れでも気軽に参加出来ます。ぜひ一緒に楽しい思い出を作りましょう!!



### コーラス

心をひとつに、ハーモニー♪

月1回  
日本総合教育  
専門学校

お子さんとも一緒に、大きな声で歌うことで気分がスッキリします。心をひとつにする心地よさを味わえるコーラス講座です。



興味のある方は、ログさんちのスタッフまで!!

### 優子おばちゃんの味

手間暇かけた旬の料理に感動!

月1回  
ログさんち  
2階

みそ作り!



自分では普段なかなか使わない食材を使ったり、ちょっとした一手間を加えたり…先生の料理のコツをみんなでゆる〜く楽しく学んでいます。伝説のピーマン味噌を始め、素材を生かした料理はどれも絶品です!



## 不安になる3つの場面

玉東町のびのび発達相談 公認心理師 木庭 美知子

私たちは生涯にわたって「食べること」「排泄すること」「眠ること」を繰り返しています。おいしいものを食べたり、暖かいお布団で眠れる瞬間こそが幸せと感じる方もいらっしゃるでしょう。しかし小さな子どもにとっては実にこの3つの場面は不安や緊張が高まりやすく、多くの課題や症状が出やすいと言えます。例えば拒食、過食、偏食、下痢や便秘、夜尿、夜泣き、寝つきの悪さ、不眠…等が挙げられます。このような症状は一つに限らずいくつか重複したり、長期化すると社会生活上（園や学校生活）で適応が困難になることがあります。

なぜ「不安」を抱くのでしょうか？動物の生態を観察していると、この3つの場面には様々な危険が潜んでいることが窺えます。人間も同じなのです。言葉では説明のできない漠然とした恐怖感が「無意識」という名前の心のお部屋で一気に膨らんでしまうのです。特に乳幼児はその「無意識」というお部屋に負の感情を詰め込んでしまうのです。子どもの無意識の部屋は容量が小さいのですぐ溢れてしまいます。すると激しく泣き続けたり、一方で固まって動け

なくなってしまうなど対応に迷うような状態に陥りやすくなるのです。

皆さんに意識して欲しいことは、この3つの場面こそ子どもの「そばにいて欲しい」ということです。

食事の途中でふざけたり、ぐずった時はすぐに注意してしまいがちですが、一旦抱っこして気分を替えてみたり、排泄の練習中は見守ったり、夜は添い寝して一緒に寝落ちしてもいいのです。これまでの自分の関わりを振り返り、少しだけ丁寧さを添えてみてください。子どもに「安心感」というエネルギーが蓄積されれば、少しずつ症状が和らげられます。

最後に私たち大人がストレスを抱えていたり、慌しいとついピリピリとした雰囲気を出してしまいます。子どもはそれを敏感に察知して甘えたいのに我慢しすぎたり、気を惹こうと困った行動を繰り返したりします。大人にとっても「無意識」の部屋は大事です。自分自身を労わるにはどんな方法が合っているのか春の陽気の中でゆっくり考えてみたいものです。



農園にある大好きなビオトープの池をのぞき込んでいたAちゃん。  
Aちゃん「メダカさん、どこにいるのかな〜？」  
母「どこかに隠れているかもね」  
Aちゃん「もーいいかい？」



このコーナーでは、皆さんの「ほっこり・にっこり」エピソードを募集しています。



**編** 昨年の秋に15年ぶりの大規模修繕工事を終え、リニューアルオープンをしたログさんち。玄関ポーチには屋根が付き、雨の日でも親子で濡れずに入館していただけるようになりました。室内のエアコンや照明、水道やトイレも一新。清潔で快適に過ごしていただいています。  
**集** 併せて、ログハウスの周囲に遊歩道ができ、木漏れ日の中に親子でゆっくりとお散歩を楽しめるコースが増えました。  
**後** みなさん、新緑のログさんちで遊びませんか。  
**記**

【にじのご編集員】★辛川千都子 ★林真理子 ★田上聡子 ★上村亜矢子  
★責任者 塚本明子（センター長）



「ログさんち」のホームページに、「ログさんち便り」や楽しい遊びの様子を載せています。どうぞご覧ください。

ログさんち

検索

### 発行元

玉名市地域子育て支援センター  
**森のひろば ログさんち**  
熊本県玉名市大倉 1503-1

電話 FAX **0968-74-6931**

■開所時間 9:30~14:30  
■子育て相談電話 9:30~16:00

社会福祉法人 せるふねっと21