



特集

- ペアレンティングを学ぶ会 . . . 2
まずは『叩かず甘やかさず子育てする方法』を
読むことから始めよう!
- シリーズ 内向タイプという生き方 . . . 4
～ぶっきらぼうな質問～
水戸南高校通信制教諭 森 俊博
- M's sound のココロノアリカ . . . 5
vol.3 長所と短所
M's sound プロデューサー 宮田 哲郎
- インフルエンザについて 6
水府病院 小児科 村長靖
- CAP プログラムをみんなに届けたい . . . 7
CAP スペシャリスト 真家智子
- サークル紹介 8
ウクレレサークル『ピコ』
ママさん/パパさんプラスバンド『みとぴよ音楽隊』
まんが部

- 本のコーナー 9
Books World (クリスマスプレゼント篇)
『ナイト・ビフォー・クリスマス』
- 今話題の ねぞうアート
- たからさがし らそきささ 10
4コマまんが 袴木 美子
- 水戸こどもの劇場 活動紹介 11
- その他のお知らせ 12
編集後記

発行: NPO法人 水戸こどもの劇場
 〒310-0911 茨城県水戸市見和1-449-1
 TEL/FAX 029-255-0908
 E-mail gekijo310@citrus.ocn.ne.jp
 URL <http://www.mito-kodomo.jp/>
 Twitter @kodomonogekijo でもつぶやきちゅう♪

ペアレンティングを学ぶ会（仮称）

～まずは『叩かず 甘やかさず 子育てする方法』を読む～

子どもが嫌いなわけじゃないのに、大切だからあなたのためにと思っているのに、どうして言うことを聞いてくれないんだろう？

パートナーや周りの人は、私の子育てをどう見ているんだろう？

いつも騒いでいるうちの子、おもちゃも貸せないし、自己主張ばかり、それって私のしつけ方が悪いの？

人見知りで、誰とも遊べない、いつも私の後ろに隠れてしがみついている、これでうちの子は生きて行けるんだろうか？

食育も学んで、一生懸命、子どもに合わせてご飯を作っているのに、ちっとも食べようとしないうちの子、おやつは少し食べるけど、やせっぽちで、まるで私が食べさせてないみたい、私ってダメな母親なの？

どなったり、叩いてしまいそうになったりする私、これって虐待なのかなあ…

子育てしていたら、親には不安なことがたくさんある。大きな声で怒鳴ってしまうことだってあるかもしれない。もしかしたら叩きそうになることだって。それって、本当に私たち親が悪いんでしょうか？

また、いつも何気なくやっていること、当たり前だと思って考えもしなかったこと、本当にそれは当たり前なんですか？

子どものため、と思いついでいることが、子どもを傷つけてはいないのでしょうか？

親だからと言われても、子育てを学んだことも、小さな子どもに関わることもなかった人も多い。だから、わからなくて当たり前、不安なものも当たり前です。

だからといって、何か一つの育児書や一つのペアレンティングを学んでも、自分の考えに合わなかったり、自分の子どもに合わなかったりすると、もっとイライラしたり、不安になったりもしますよね。

子育てのこと、自分のこと、家族のこと、スターペアレンティングのテキストを中心に、いろいろなペアレンティングを学びながら、たくさんおしゃべりをして、考えていきたいと思っています。

第一回は、10月16日（火）に、『叩かず、甘やかさず、子育てする方法』の第1章+を読みました。

スターペアレンティングのプロセス、1) 立ち止まって問題を見つめ直す(Stop and focus)、2) アイディアをたくさん考える(Think of ideas)、3) アイディアを効果的に活用する(Act effectively)、4) 再検討、修正、ほうびを与える(Review, revise, reward)と5つのポイント●問題を避ける、●よい行動を見つける、●感情を認める、●限度を設ける、●新しいスキルを教える、について実際の問題を検討しながら考えました。

「立ち止まって問題を見つめ直す」ことを考えていたら、何が誰の問題なのだろう、という疑問が出てきて、子どもとの生活で起きる問題の多くに「早く」という価値観があるのではないか、という話になりました。

他にも、問題を避けるということは、具体的にどんなことなのか、限度を設けるのはいいけれど、ルールを決めても守られないと次の問題になるのでは？などたくさん話がでて、後の章の気質のことや、長期的な視点のことなど、テキストを行ったり来たりしながら読んでいます。



早いほど良い？すごい？エライ？お母さんは頑張ってる？

乳幼児の成長や発達の色んな段階について、例えば寝がえりした、ハイハイした、発語があった、オムツが外れた、自転車に乗れた、等々、何故か私達母親は、子ども達のそれら技能の習得が、早ければ早いほど良い、すごい！とされる価値観に晒されることが多いように感じます。オムツや発語に至っては、早いとお母さんまで頑張ってる！と評価される始末です。

これに疑問を持ちませんか？

早い事は、そんなにすごい事ですか？

子どもも母親も、生まれ持ったペースや価値観、得意分野は様々です。なのは、表面的な世界では、子どもの発達は何でもかんでも早いほうが、評価が高い傾向があります。

一方、全てが早いというミラクル親子は、そうは存在しません。必ず「早くない」一面があるものです。この、何でもかんでも「早いがよし」の価値観は、大多数の親子に「この一面では私は遅い(=良くないんだ!）」というなんとなく劣った感じを発生させるという、残念な結果をもたらしませんか。

私達は、まだ成長段階の過程にある子どもに、現時点での完成度を求めている訳ではない筈です。早いほど良い、褒めるという価値観が、無意識の中に絶対的に居座っていないか、ちょっと立ち止まって見なおしてみませんか。

でこぼこしながらも、全体が育ってゆくのを、焦らず応援できるようになりたいと思います。

(T)

自分自身の不安や困難を、さまざまなペアレンティングに学び、自分たちで考え、解決しようとしながら、同じような課題を持っているかもしれない子育て中の仲間たちに問いかけ、発信していただけるような集まりになれるといいなあ、と思っています。

子育てや子どものことに不安や課題を感じておられる方、子育てやペアレンティングに興味のある方がいらしたら、一緒に学んでいきませんか？

テキストを読んでいますが、途中からや1回だけの参加も可能です。

ペアレンティングを学ぶ会(仮称)は、毎月第三火曜日、10:00~12:00、水戸市福祉ボランティア会館 ミオスを中心に水戸市内で開催しています。

・・・次は12月18日(火)の予定です。

参加を希望される方、詳しくお知りになりたい方は、水戸こどもの劇場事務局まで、ご連絡ください。

まずはお気軽に覗いてみてください。

(文責 横須賀)

NPO 法人 水戸こどもの劇場
TEL/FAX 029-255-0908
gekijo310@citrus.ocn.ne.jp
<http://www.mito-kodomo.jp/>



シリーズ「内向タイプという生き方」
～ぶっきらぼうな質問～

水戸南高校通信制教諭 森俊博

よく生徒が職員室に入ってきて、「〇〇先生いますか」と聞いてくることがある。そして、「今はいないな」と答えると「分かりました」とそそくさと帰ってしまう。ところが、仕事もそれほど忙しくなく心に余裕がある場合、またはちょっと暇で誰かと話がしたかったときなどは、丁度いい相手が来たとはかりに、丁寧に「何の用かな」などと聞き返すことができる。すると、「返信用封筒が欲しいんです」とか「学割を使うために通学証明書が欲しい」などと言ってくる。それならば、担任や〇〇先生がいなくても代りにやってやれるよ、と訪問氏の要求に応えられることがある。

だから、もちろん教員側の対応ももっと気を遣ってやるべきなのだろうが、生徒の方ももっと食い下がって別な質問をすとかすれば、職員室には何人も教員がいるのだから、大抵のことは解決できるのである。「〇〇先生いますか」と言ってきた生徒は、かくれんぼをしている〇〇先生を発見するために来たわけではないのに、「いないよ」と言われてすぐに引き下がってしまう。ずいぶん無駄なことをしているようだ。質問する力というか、スキルというか、そういうものも訓練させないといけない時代なのかもしれないし、そういう学習をすべき子どもたちが増えているような気もする。

先日は、卒業生と称する若い女性が突然尋ねてきて、通信制の大学の情報が載っている冊子が欲しいと言ってきた。そこで、私は進路関係の書棚から彼女の要望にふさわしい情報誌を見つけ出して彼女に示した。でも、何だかそれだけでは物足りなさそうで、書棚を覗いては「あれを見せてください」などと言ってきた。それでそれも見せるが、中を読もうともせず、水戸でスクーリングをしている大学はあるかとか、この学校で通信制の大学へ行った人はあるのか、土日だけやっている専門学校はないか、通信制の専門学校はないかなどと話があちこちに飛んだ。

突然の訪問だったので心に余裕のなかった私は、それらの質問に合わせて対症療法のような返事をしていった。結局、本屋にもこの手の情報が載っているものは売っていると思うので、それらも調べてみたらという感じで別れてしまった。

しかし、帰ってしまってから彼女の何となく物足りない納得のいかない表情を思い出しながら、本当は何が聞

きたかったのだろうと、こちらも聞くべきことを上手に引き出せなかった不全感が残ってしまった。そして、「〇〇先生いますか」と同じように、表面の質問にばかり反応していて、実は本質の問題には応えられていなかったのだということに気がついた。

また、彼女の「この学校で通信制の大学へ行った人はあるのか」という質問は、お前はこんなことでよくも進学指導をしているなどと言えるな、という私への嫌味が含まれていたのではないかとも思えてきて、彼女の自分で調べてみるということをしやらずに何でも人に聞けば済むと思っような態度にも腹が立ってきた。

これでは何だか未熟者同士の会話にならないコミュニケーションの見本のようなものである。彼女はまだしも、カウンセリングなど多少かじった私としては面目丸つぶれである。改めて自己嫌悪で顔が熱くなったのが分かった。

まずは椅子にでも坐らせてから、どこに住んでいるのか、何年前の卒業なのか、担任は誰だったのかなどと身辺雑記風に話をさせて緊張をほぐし、ところで何の勉強がしたいのか、何で通信制の大学に行こうと思ったのか、大学と専門学校の違いは分かっているのかなど、根掘り葉掘り情報を引き出し、核心に迫っていけば、彼女自身さえはつきりしていなかった彼女の今現在悩んでいることが明瞭になって行ったのではないかと後悔した。

私は自分が黙って閉じこもって悶々としていた高校時代を経験していたので、自分と似た思いをしている生徒の役に立てるのではないかと単純にカウンセリングに近づいたが、中年を過ぎて改めて自分は他者にあまり関心を持たない内向タイプだということに気がつき、カウンセリングの下手な理由をそれに求め、このところはカウンセリングに近づかないようにしていた。

私の悩み多き灰色の高校時代は時間と共に色あせていったので、私は自分の経験から他者に対しても自力で切り抜けることを期待し要求してしまっているのかもしれない。心の底では、人に依存して悩みを聞いてもらったり、それによって解決を期待したりするのは格好が悪いと思っようなのかかもしれない。只管打坐して自分で解脱を図るべし、と思っようなのだ。

北極点を目指してブリザードの中を孤軍奮闘している夢を見たことがある。また、私は孤高の武士のような生き方が理想である。私はこのところ、男のくせにおしゃべりな人間に異様に腹が立つ。政権争いを政治だと勘違いしている政治家も嫌いだ。住みやすい社会は、一人ひとりが自律し自立すればできるはずだなどと理想的なことを考えている。内向タイプは相互扶助が苦手だ。

『あなたの長所はなんですか?』

そう問いかけられた時、いったい自分はどれだけの長所を見つけられるのでしょうか? たくさんの長所をパッと答えられれば良いのですが、自分の長所を見つけるのって、なかなか大変ですよ。それに、強すぎる自己主張を良しとしない風潮が根強い日本の社会では、自分の良い所を人に提示するのって、何だか悪いことのような怖いことのような気持ちになってしまって、謙遜してしまいがちなものです。では反対に、

『あなたの短所はなんですか?』

と、問いかけられたらどうしますか? 一体どれだけの短所が見つかるのでしょうか? これが面白いことに、長所に比べて短所は思いのほかたくさん見つかる方が多いと思います。やっぱり自分の悪い所は嫌でも目につくのか、人によってはいくらでも出てきたりしますね。あそこがダメ、ここがダメ、そこもダメ……。まるで砂漠の湧水のように、自分に対する悪口の泉が湧き出てきちゃうものです。でも、いくら自分の事を客観的に見れているからといっても、あんまりいつも自分の悪口ばかり言っていると、それは自分のためにならないばかりか、人からもあまり良く思われなくなってしまいます。ただただ卑屈になっていく人生では、せっかくの限りある時間を思う存分楽しむことはできません。では、いったいどうすれば自分の良い所をたくさん見つけることができるようになるのでしょうか?

そこで、長所の上手な見つけ方があります。それは『自分の短所を見つけてあげる』ことなんです。たくさん見つかる自分の短所が、あつという間に長所に早変わりしてしまう。そんな魔法のようなテクニックがあります。

大抵の場合、長所と短所は表裏一体です。つまり、長所の数だけ短所があって、短所の数だけ長所があると言えます。例えば『おせっかい』という短所があるとします。それは『面倒見が良い』という長所になります。『落ち着きが無い』という短所は、『行動力がある』、『怒りっぽい』はうん・・・『正義感が強い』とか? ちょっとこ

じ付けな所もあるかもしれませんが、ようは考え方や視点の違いなんです。ただ、見る視点が違うだけ、考え方が違うだけで、その長所と短所が表しているものは、まったく同じ『自分自身の性格』です。自分を表す言葉はこうも変わってしまうんです。たくさん短所が見つかった人ほど、たくさん長所がある人なんですよ。

さあそれでは、今度はこれを自分の家族にあてはめてみましょう。人の事を評価する分だけ、自分を表すよりは幾分、長所もよく見つかると思います。特に、親から子を見てる時なんかは、ちょっぴりおまけの部分も出てしまったり……。でも、やっぱり短所は目につきますよね。家族という近い距離感だからこそ、他人よりもさらに短所はひどく見えちゃう。場合によっては、自分の短所よりも気になっちゃったりしませんか?

そんな時こそ、長所と短所をすり替えてしましましょう。『ウチの子は行動が遅いんだから・・・』と思ったら、『ウチの子は慎重な行動ができる子なのね』って思ったり、『無口で何も話さないから困っちゃう』と思ったら、『思慮深い性格なんだわ』と思ったり。『ウチの旦那は――』おっと、このぐらいにしておきましょう(笑)。ま、とにかく、こじ付けでもなんでも良いので、プラスに捉えてあげるような習慣を自分自身が心がけてみましょう。そしたら、今までは許せなかったことも許せる余裕ができたり、その人の新しい可能性を見つけることもできるでしょう。自分の考え方を転換するだけで、みんなが本来持っている『個性』という名の輝きが、ふいに見えてくるかもしれません。そんなところから、意外な未来が開けていくかも――。

あ、ちなみに逆のパターンがあることも気をつけましょう。あんまり長所ばかりみていると、その陰に隠れている短所に気付かなくなっちゃいます。長所も短所も全部含めて、その人自身を見てあげることができるよになると良いですね。私も常日頃から、訓練中です。



自己紹介・・・M's sound とは、宮田哲郎・章子夫妻による音楽ユニットです。章子さんは芝居を、私は水戸ホーリーホックの応援を頑張っているの、ちょっぴり開店休業中です。冬になったらなんとなく動き出す予定です。

インフルエンザについて

水府病院 小児科医 村長靖

水戸には千波湖や大塚池などの湖沼が市街地にあつて、市民の憩いの場所として欠かせない貴重な存在となっています。冬には白鳥や鴨などが飛来し、私たちを和ませてくれます。実はインフルエンザウイルスは鴨が北方から越冬地に持ち込み伝播することが知られています。鴨が排泄したインフルエンザウイルスが、あひるやがちょうなどの家禽に感染、さらには鶏へと広がり、鶏の間を行き来している間に強毒株が選択されると考えられています。1990年代後半から東南アジアを中心に鳥インフルエンザ(H5N1)が大流行し、鶏などの家禽に接触した約500名が感染し60%が亡くなっています。幸いに現在まで、ヒトヒト間感染は極めて例外的であるようです。茨城県でもあちこちの養鶏場で、物々しい防護服を着込んだ職員が、感染した鶏を大量に処分している様子が報道されました。次のパンデミックインフルエンザは強毒性の鳥インフルエンザと予想され、様々な対策を講じていたいたところに、思いもがけないところから新型インフルエンザウイルスが登場しました。

2009年春にメキシコから突如発生した新型インフルエンザは、豚に由来するインフルエンザA(H1N1)と判明し、瞬く間に世界中に広がりパンデミックとなりました。日本でも成田空港での物々しい検疫の様子が報道されましたが、実はいつのまにか上陸しており、5月初めに神戸で発生し日本中をパニックに陥らせました。当初、死亡率の高さや肺炎発症のリスクなどが心配されましたが、全体的には軽症であり死亡率も低く、翌年には毎年恒例の季節性インフルエンザの一つに収まってしまいました。

毎年冬の風物詩となったインフルエンザですが、この15年ほどの間に、インフルエンザの診療は大きく様変わりしました。以前は、周辺の流行状況と典型的な症状からインフルエンザと診断したら、「特効薬はないから、熱が下がるまでは水分を取りながら安静にしていってね」、で終わっていました。近年では、精度の高い迅速診断が普及したため診断が簡便になり、有効な治療薬が次々と開発され、すぐさま日常診療で使えるようになりました。

典型的には、インフルエンザは突然の高熱で発症しますが、最近では検査が手軽にできるようになって、微熱のみの場合でも、学校や家庭で流行

があるからと、調べてみると陽性であることも良く経験します。迅速診断の出来なかった時代ではインフルエンザとは疑いもしなかったでしょう。

高齢者では肺炎を合併すると重篤になります。小児でも新型インフルエンザ流行の際には、特に気管支喘息の既往があったり加療中のお子さんに呼吸困難を伴う肺炎が目立ちましたが、幸いに、命に関わるような重症例は全国的にも稀でした。

小児においては、インフルエンザの最も深刻な合併症は脳症で、死亡率は高く助かっても重篤な後遺症を残す場合が少なくありません。注意すべき症状は、意識障害やけいれんですが、インフルエンザは熱が高いため熱性けいれんも起こしやすく、初期には熱性けいれんと脳症の見極めは困難なことがあります。けいれんなく意識障害を来している場合や、けいれん後の意識障害が長引く場合には注意が必要です。意識障害は初期には、異常言動として気づかれることがあります。そこにはない人や物が見えると言ったり、自分の手を噛んだり、意味不明の言葉を叫んだり、急に怯えたり怒ったり泣き出したりして、しばらく続いたり、明かな意識障害に進行する場合には診察が必要です。しかし、これらの症状は単に熱が高い場合にみられることも多く、熱せん妄と呼ばれます。すぐにすっかり普段通りの状態に戻るようでしたら心配ありません。

インフルエンザの流行期には、一刻も早く薬を希望され発熱してすぐに受診される方が多いのですが、発症初期から場合によっては発熱後12時間程度までは、迅速検査も陰性の場合が少なくありません。保育園や学校などでは、流行拡大を防ぐために出席停止や学級閉鎖などの措置が必要となるため、やむを得ないのかも知れませんが、微熱でもすぐに医療機関を受診するようにと指導されるようです。不要な受診や繰り返す検査は、かえってお子さんの負担にもなってしまいます。意識障害やけいれん、呼吸困難などがなければ翌日の日中に、かかりつけの医療機関を受診していただければ幸いです。



CAPとは、子どもが暴力から自分を守るための教育プログラムで、1978年にアメリカのオハイオ州ではじまり、世界に広がり、日本では1985年から活動がはじまりました。

CAP小学生向けプログラムは、日常の多くの時間を過ごす学校のクラス単位で実施します。子どもはみんな、安心して、自信をもって、自由に生きる権利もっていること（基本的人権）をまず学び、これらの権利がとられそうになったら、いやと言っていいよ、にげていいよ、相談しようと言います。いやと言ってはいけない、にげるなんて弱虫、相談したらチクったと言われると思っている子どももいますので、意見を出し合って、一緒に考えながら分かりやすく伝えます。そして、いじめ、誘拐、性暴力の寸劇を交えながら、失敗と成功のケースを疑似体験し、自分は何ができるかをみんなで考えたり、寸劇に出演してもらいます。

プログラムは、楽しい雰囲気の中で体験できるように工夫しています。迫真の演技で怖い思いが記憶に刻まれると、いざというときに体が固まってしまって、次の行動に移せないそうです。プログラムが終わると、イキイキした表情になっている子、楽しかったと感想を伝えてくれる子、困難な状況にいて相談したくなかったと話に来てくれる子もいます。一見CAPの話あまり聞いていなかったようにみえた子も、実は耳をダンボにして聞いていたことに気づくこともあります。どの子にも関心の高い話題なのかもしれません。

今いじめにあっているときは勿論、いつか困難な状況になったときも、心の片隅に記憶しているCAPのことを思い出して、自分を守ったり、誰かの助けになったり、あきらめないで相談したりして、みんな生き抜いてほしいと思っています。

先日、NHK教育テレビの性暴力被害の番組の中で、予防・解決策のひとつとしてCAPが取り上げられていました。性暴力被害を公表して活動している女性が、35歳でCAPの小学生向けプログラムを受け（大人向けプログラムでも中高生向けプログラムでもなく）、まずウワーっと泣いたそうです。そして、被害を受けた自分が、もっと自分を大事に思っていたんだと気づき、もっと早く子どもの頃にこのプログラムを受けていたかった。人に相談することや、自分を守る、予防をすることを教えてくれる大人がいるということを記憶にとどめておきたかったと話していらっやいました。

性暴力はCAPの中では、暴力の1つとして、されたくないキスをされてしまうという寸劇をしながら取り上げています。

子ども時代に3～4人に1人がなんらかの性被害にあっているという統計もありますので、いじめに次ぐ身近な暴力といえます。以前よりは明るみに出

るようになりましたが、まだまだ隠ぺいされて解決されない、対応が遅れてしまう暴力でもあります。

いじめ、いじめ自殺、連れ去り、子殺し、性暴力被害・・・など、毎日のように暴力の報道を目にし、やり切れない気持ちになります。

大人よりも、子どもや学校に関する暴力は公表されない被害も数多く、被害者は泣き寝入りや自殺、加害者も困難な問題を抱えていたかもしれないのに、放置され、暴力のエスカレートの後、大人になって大きな事件を起こしたりしています。

被害者も加害者も作らない世の中になるために、私たち大人にできることは何なのでしょう？

大きな病気になる前に予防接種をするように、大きな問題になる前に予防をすることができます。問題が起こってしまったときは、動転しないで、落ち着いて信じて話を聞くことも大切です。傷ついた子どもが勇気を出して、言い出しにくいことを話したのに、信じてもらえなかったら、二重の傷を負うことになってしまいます。自分を信じてくれる人を得ることは、傷ついた子どもにとってとても重要で、解決の糸口になります。

また、毎日おかえりと声をかけてくれた近所のおばさんがたったひとりいたこと、よくがんばってるなあと認めてくれた先生がたったひとりいたことが、困難な状況にいる子どもの大きな心の支えになることがあります。CAP大人向けと教職員プログラムは、このような私たち大人にできることを一緒に考えていくワークショップになっています。

子どものために何ができるのかと大人向けワークショップを進めていくと、あらゆる暴力と基本的人権への認識が深まり、自分の人権、CAPでいう安心、自信、自由が自分自身に十分あるのだろうかという疑問がわいて、気持ちがいっぱいになる方がたくさんいらっやいますし、自分を大切に思っていたんだということに気づかれる方もいます。

子どものために活動している私たちも、同時に自分自身のためになっていることをつくづく感じ、感謝の気持ちでいっぱいになります。現在、日本各地で多くのCAPのグループが活動していますが、CAPいばらきは、茨城県内を中心に、県内すべての子どもたちにCAPプログラムを届けたいという思いで活動をしています。

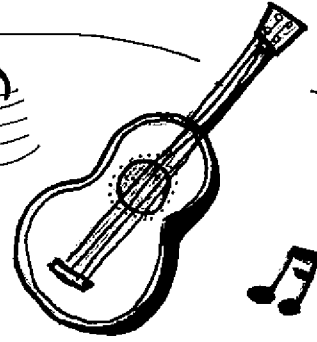
まだ体験していない方、学校がありましたら、是非、一度は体験してください。

CAPを届ける側になりたい方は、CAPスペシャリスト養成講座が全国で開催されておりますので、資格取得後は、是非、CAPいばらきのメンバーとして支えていただきたく、お待ちしております。

CAPいばらきは水戸こどもの劇場内にあります
お問い合わせは事務局まで

いっしょに

ウクレレ



やってみませんか？

いつかハワイの砂浜で...

おま

今年の3月から立ちあがったウクレレサークル♪
 『以前から興味があった』『やりたいけどなかなか実行できていなかった』
 という会員さんの声から発足しました。
 月1回程度不定期で、10時半～14時くらい。お昼ごはんなど食べつつ。
 毎回10名位でゆるったりま～たりと楽しく奏でています♪
 お母さんのゆったりしたウクレレの音を聞きながら、お子さんものびのび
 遊んでいますよ♪
 興味のある方は、是非劇場にあそびに来て下さいね 〆〆

ウクレレサークル「ピコ」♪

お父さんお母さんの「プラスバンド」♪



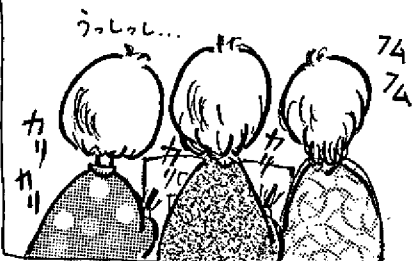
みとぴよ音楽隊

メンバー募集!!

子育て中や子育て一段落のお父さんお母さんのためのプラスバンドです。お子さんがいなくてももちろんOK。
 練習は月1回程度。来られる時だけで大丈夫です。
 コンクールは目しません！幼稚園や、施設等へ依頼演奏に行くと、メンバーはいつもパワーをもらっています。音楽好きの方は、ぜひ見学においで下さい。詳細は事務局まで。

まんが部

ただ今部員3名...。
 まんが好きが集まり
 ひそかにまんがを描いて
 います。
 4コマや、ストーリー-まんが
 にも挑戦中...。
 興味のある方は、
 声をかけて下さい！



本のコーナー

Books World (クリスマスプレゼント篇)



紹介する本：とびだししかけ絵本「ナイト・ビフォー・クリスマス」 ロバート・サダフ作
クレメント・ムーア 詩 きたむら まさお 訳 大日本絵画 2003年初版

クリスマスには自分にもプレゼントを買います。ここは本の話ですが、11月からクリスマスに向けプレゼント用に色々特集が組まれて、値段も豪華な美装本が紹介されるので素晴らしい挿絵の聖書物語やクリスマス本もこの時期欲しくてたまらなくなります。読むのとは別な、特別なきれいなものを持ちたい心持ちでしょうか。本にはそんな楽しみもあります。今回はクリスマスにぴったりな、子どもも大人も楽しめるしかけ絵本を紹介します。ちなみにこの本も子どもへのプレゼントで購入しましたがほぼ自分買いです。

しかけ絵本は動かせる部分を子ども達がかなり乱暴に動かすのでだいたいはすぐボロボロ。大人は逆に見た後二度と開かないのでは。しかしポップアップ絵本作家として有名なロバート・サダフのこの絵本は何度開いてもその美しさにほれほれします。作中のポップアップが雪のイメージで真っ白なので造形のすばらしさが引き立つまに

「芸術的に美しい」絵本、何度でもどうなっているのか確かめたくになります。

作者のサダフは幼少時に虫歯の治療のため大嫌いな歯医者を訪れた際、飛び出すしかけ絵本に出会い、自分が歯医者にいることを忘れてしまうくらい夢中になりました。以来プレゼントはいつもしかけ絵本にしてもらい、ついには見よう見まねで研究しオリジナル絵本を作り始めたそうです。幼心の感動がこの本に続いていると思うとより愛おしいです。

ところでだいたいしかけ絵本は高くつくうえ、外国の絵本となると日本の出版社を通しての発刊なので余計安くありませんが、今時はネットで海外の絵本が手軽に買って安くすむようになりました。ちなみに今年は五角形にしてながめる切り絵の絵本にしようかと思っています。皆様良いクリスマスを。(M.I)

今話題の・・・「ねぞうアート」

赤ちゃんが寝ている姿を動かさずに、そのままの寝姿を利用して、タオルや洗濯バサミなど身の回りのもので一枚の絵のように飾って、写真にするといいものです。

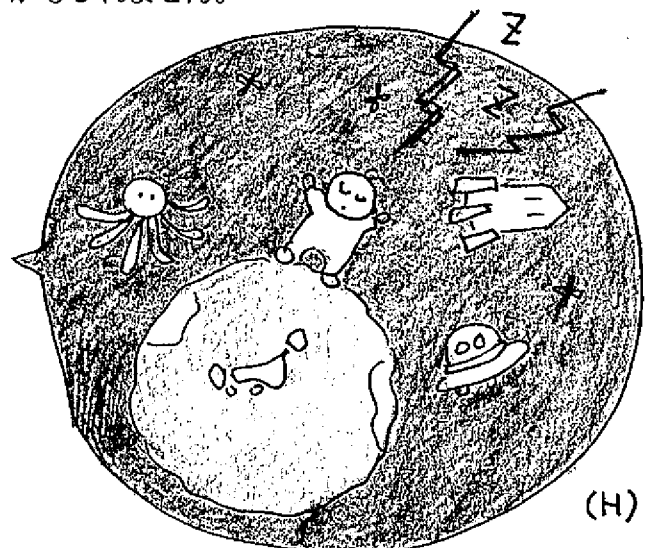
寝ている姿が何に見えるか、そこから何を想像するか、例えば・・・大の字で寝ていたら・・・と考えてみる。地球に乗ってバンザイ？重量上げ？背泳ぎ？とか。いろいろ考えられますよね！

私が「地球に乗る赤ちゃん」を作ってみるとしたら、青いタオルでまあるく地球、黒い布で宇宙、黄色い洗濯バサミで星とか、ロケット、UFO、宇宙人など・・・でしょうか。

起こしてはだめ、無理にねぞうを変えない・・・などのルールを守ってやってみてはいかがでしょうか。

夫の寝姿でやってみた・・・なんて人もいましたよ。大人の場合は、起こさないようにするのが難しいかな。

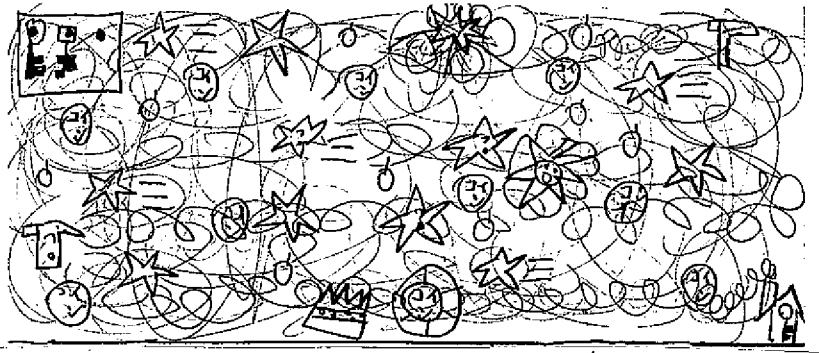
ちょっとやってみたら、新たな楽しみが増えるかもしれません。



(H)

みつけてねたからさか。

ほしがるつ
 ながれ15つ
 かぎが1本たりなリト、
 おおかん1つ
 かながう2つアコム茶機
 リンゴが1つ
 ?のマークが4ニある。
 コインを10コあつめよう。



by らえきさ

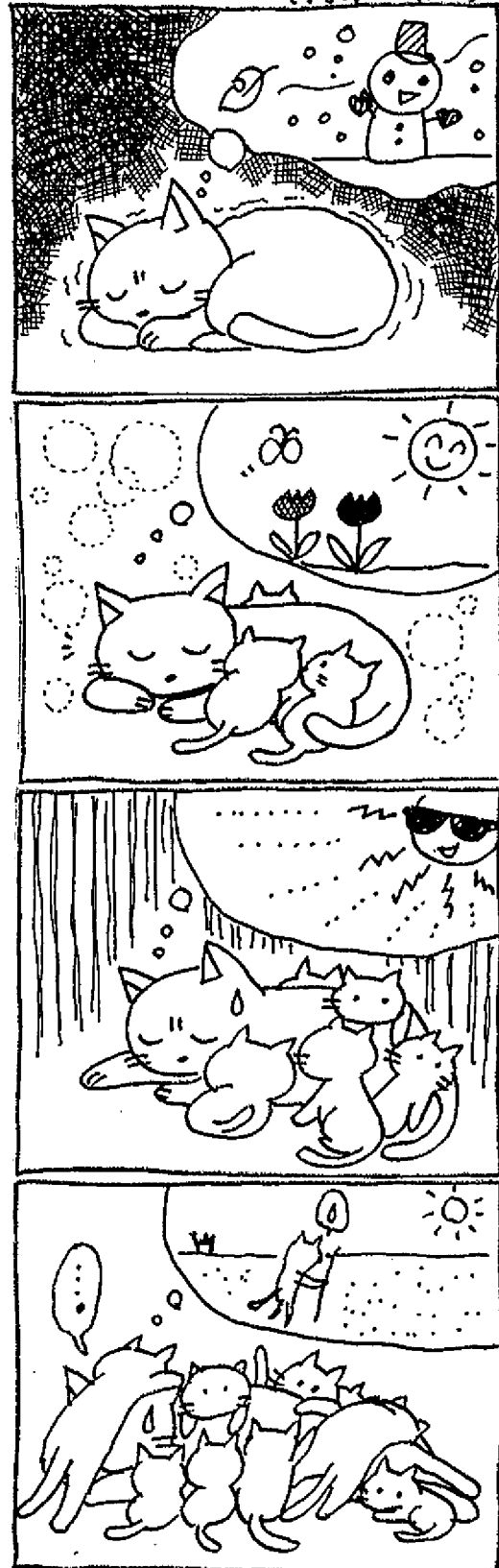
(袴木H美子)

Nさんのエピソード



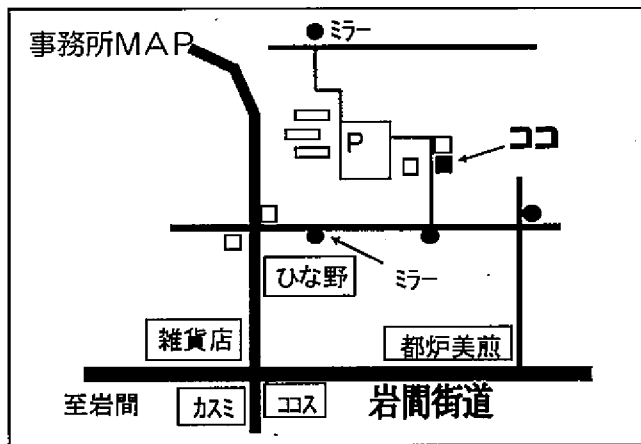
ナベとセットだったのね〜

(袴木S美子)



毎月の活動（その他、文化創造体験活動、自主活動などを開催しています）

<p>おもちゃサロン「エルマークラフ」対象：幼児の親子 毎週月・火曜日 11時～14時 水戸こどもの劇場事務所で、おもちゃやお友達と遊んだり、親同士の交流やランチも可能。本やおもちゃも借りられます。 参加費：無料（要活動会員登録）</p>	<p>みとびよ音楽隊♪ ママ・パパたちのプラスバンド 毎月5回程度 9時半～12時(対象：大人 子連れOK) 楽器の演奏を楽しんでいます。依頼演奏もいたします！ 参加費：要活動会員登録(初回1000円・毎回200円)</p>
<p>フェアリーキッス ～0歳児あつまれ～ 対象：0才児親子 毎週水曜日 11時～14時 水戸こどもの劇場事務所での0歳児の親子のためのサロンです。親子の交流の場になっています。 参加費：無料（要活動会員登録）</p>	<p>「カブラ」で遊ぼう 対象：幼稚園児の親子 毎週水曜日 14時～16時 水戸こどもの劇場事務所、週1回感覚の扉を開く魔法の板“カブラ”を使ってお家や動物などを組み立てて遊びながら、集中力・創造性も養います。参加費：無料（要活動会員登録）</p>
<p>幼児サークル「外あそび」 対象：幼児の親子 (お休み中) 野外で自然に触れ、思いっきり遊びましょう。 小雨決行（レインコート持参） 参加費：無料（要活動会員登録）</p>	<p>ガフの会 毎月読み聞かせ会をしています。 東部図書館 第1・5土曜日 14時～14時半 見和図書館 第3土曜日 14時～14時半 *その他内原イオン内 未来屋書店前でも開催しています。 参加費：無料</p>
<p>幼児サークル「ハローイングリッシュ♪」 毎月第2火曜日 10時～12時 対象：2～3才の親子 水戸市福祉ボランティア会館（ミオス2F） 音楽にあわせてリズム遊びを親子で楽しめます。 参加費：チケット制（会員：2500円・一般：3000円6回分）</p>	<p>ウクレレサークル♪ 対象：大人 毎月1回程度 10時半～14時(子連れOK) ゆる～くウクレレを楽しむ会です！ 参加費：無料（要活動会員登録） *見学できます、気軽に問い合わせください</p>
<p>幼児サークル「親子たいそう」 毎月4回金曜日 10時～12時 対象：0～3才の親子 水戸市福祉ボランティア会館（ミオス2F） 第1・3金曜：0～1才、第2・4金曜：2～3才 ボールや輪を使ったたいそう遊びです。 参加費：チケット制（会員：2500円・一般：3000円6回分）</p>	<p>手芸サークル 対象：大人 *参加希望の方はお問い合わせください。 好きなものを持ってきて自由にチクチクしましょう。 月1回 不定期 事務所 参加費：会員無料 一般：500円</p>
<p>室内ゲームの会「On the table」 対象：小1～大人 毎月1回、日曜日（不定期）10時～15時 水戸こどもの劇場事務所で、カードゲームやボードゲームでたのしく遊びます。参加費：無料</p>	<p>思春期の会 対象：大人 毎月第2土曜日 10時～12時 事務所 私たち大人も通ってきた感性豊かなこの時期を、ある距離をおいて見守り、大人も成長するための場です。参加費：無料</p>
<p>ほかほかつといの広場（水戸市受託事業） 毎週火・水・木・金・土10時～16時（日・月・祝日閉館） 水戸市福祉ボランティア会館(ミオス2F)未就学児の親子を対象に交流の場を提供しています。 参加費：無料 (毎週金曜日10時～12時 保育士による育児相談日)</p>	<p>ほっと！HOT！スクウェア 毎週土曜日16時～17時・毎週火曜日（再）16時～17時 ファミリー情報番組。 スタッフはみんなお父さんお母さん、生活の中で気づいた疑問、得た情報を放送中です！ FMばるるん 76.2MHz 放送中！</p>



- 入会は、子どもから大人まで、
- | | | |
|---------------------|-----|-------------|
| 個人正会員 | 入会金 | 500円 |
| | 年会費 | 12,000円 |
| 団体正会員 | 入会金 | 1,000円 |
| | 年会費 | 20,000円 |
| 活動会員 | 年会費 | 3,000円 |
| 登録会員 | | 500円(登録時のみ) |
| (登録会員は3歳以上、中学生以下です) | | |
| 賛助会員 | 一口 | 5,000円～ |

<賛助会員の皆さん>

石川クリニック様、河和田幼稚園様、乳がん仲間の小さなおしゃべり会 momo 様、水戸吉沢小児科クリニック様、(有)サンライフサンフーズ様、岩間範子様、河原井忠男様、神林昇様、小泉千尋様、坂場とき子様、福田則子様、佐藤光雄様、野村真実様、野村玲子様、前河咲子様、益子昌美様、柳橋剛様、小泉千代乃様、杉野美子様、石川峰子様、軍司忠之様、下岡謙司様、田中光彦様、袴塚雅彦様、袴塚友輔様、真家彰様、森田直幹様、森田大輔様、市毛努様、横須賀祥太郎様、横須賀嗣治様、横須賀大蔵様、小林裕子様、NPO 法人すだち様、そば吉様、保田正子様、伊藤健様、伊藤円彩様、大貫フミ子様、澤畑博子様、野島真奈美様、星川哲雄様（順不同・10月末現在）

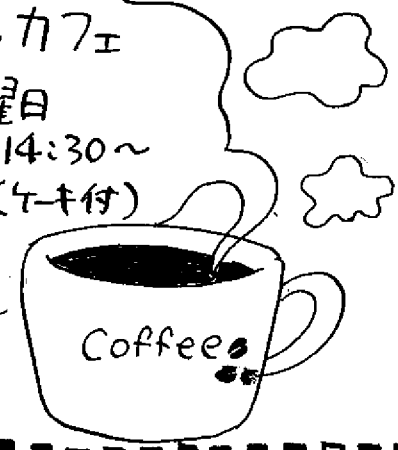
コミュニティ・カフェ & キッチン

"みんなで作ってみんなで食べよう"をモットーに開いています。

コミュニティ・キッチン
月1~2回(不定期)
事務所内キッチンにて
季節の献立を作ります。

コミュニティ・カフェ
毎月第4水曜日
14:30~
大人 500円 (4-キ付)
小人 250円

どちらも事前予約が必要。
おしゃべりを楽しみに来てね♪



<広告> 広告は随時募集中です

小堀巖美容室
COUTURE
小堀巖美容室クチュール
ヘアメニュー
○新規割引 30% off
○学生割引 20% off

住所 水戸市五軒町1-2-5いすゞビル1F
芸術館通り交差点角の全面ガラスの店
電話 029-221-3071
ホームページ <http://www.kbriwao.co.jp>
成人式振袖写真パック 58,800円から
エステ・育毛メニューもあります

中古車購入 衝撃のシステム

○毎週10万台以上のオークション出品車両から、お気に入りのクルマをお選びいただけます。
○オークション出品車両を直接買い付け、お客様にお届けしますので、中間マージンの大幅カットによりとにかく安い！
○出品裏・評価点オープンで厳格な品質チェックにより、安心してクルマをお選びいただけます。
○1年間無料ロードサービス付き

お気軽に遊びに来てください。
スタッフ一同、心よりお待ちしております。

お問い合わせはフリーダイヤル 0120-977-380
中古車情報館 スーパーオークション水戸河和田店
水戸市河和田5035-14
営業時間 10:00~20:00 定休日 月曜

吉田石油 50号バイパス・岩間街交差点内

カイロフラクティックで健康UP!
~ご予約お待ちしております~

石岡市 南台カイロフラクティック 真家智子
電話: 0299-27-1028 携帯: 090-6134-5835
メール: maie.tomoko@ezweb.ne.jp
水戸でも施術してます(水戸市河和田)
●施術料: 5,000円
(初回 7000円はこの広告で 2000円割引です)

*カイロは、体のゆがみを治して、本来持っている自然治癒力を高める療法です。肩・腰・膝などの痛み・しびれや姿勢が改善して、体が楽になったと喜ばれています。

「安心・丁寧」プロにおまかせ!

きれいに住まいる ☺

キッチン・エアコン・浴室・ガラス他、店舗・オフィスのクリーニングもお任せ下さい!

ご相談、お見積もりは無料です。いつでもお気軽にお電話ください。

☎ 029-255-0126
おそうじ車舗 水戸河和田店

<編集後記>

- ・(み) 草やしきの木の家ですが 冬用にビオラやパンジーも植えました。春にはチューリップも咲く予定♡
- ・(は) うちのナチュラルガーデンは、面倒も見なくても勝手に育つものばかり生き残れません..人と同じ!?
- ・(さ) 山から拾ってきたドングリから芽が出ました。お庭が森になっちゃたらどうしよう♡