



日本アロマコーディネーター協会
チャイルドケア部会

PeeKaBoo No. 14

ピーカーブー

2006年10月31日発行

どの子どもも、大切なみんなの子ども

以前読んだ本の一節に「自分の子どものことばかり考えると、自分のことばかり考える子どもになる」とありました。自分の子どもさえ良ければいい、そんな親のエゴが子どもをダメにしまうということです。誰でも、自分の子どもは可愛いものです。子どもを守るということは、子ども自身だけを守るだけでなく、子どもが成長する上で関連している周りの家族、環境、友達、社会など全てに対して意識をもつことです。なぜならば、親子だけではなく、いろいろな人と場で、子どもは育っていくわけです。だから、チャイルドケアでは、こうしたことも強く伝えたいところです。

自分の子どもさえ良ければいいという考えで育てられた子どもは、当然自己中心的な考えになります。自分の身勝手さに悪気はないのです。だから、周りに見放されたときに、自分は悪くない、周りが悪いと思うことでしょう。また、そういう子どもは、いずれ成長しても自己中心的な考えは変わらないので、自分の欲求を通すためには、自分の子どもや親に対してさえも危害を加えるようになってしまいます。昨今の痛ましい事件が増えています。こうした背景もあるように思います。

親のねじれた愛情のひずみを子どもは受けてしまいます。

昔は、どの子どもにも同じように周りの大人は接してくれました。近所には、口うるさいおばさんやちょっと怖いおじさんなど、いろいろなキャラクターの大人がいました。でも、そういう親以外の大人からもいろいろ教えてもらい、生きていくうえでの社会ルールなども学んでいました。

今は、時代も変わり、近所付き合いもなくなり、近所にどんな子どもがいるのかも、分からなくなりました。く実際に、私も、近所で子どもが危険なことをしているので、注意を呼びかけると「変なおばさんがいた」といわれたことがありました。良かれと思うことも、しにくい時代です。善意が、悪意に利用されてしまうのです。怖いと思いました。

でも、だからといって、自分の子どもさえ良ければいいという考えは、やはりまずいのです。自分の子どもを通して、あるいは自分が住んでいる地域で育っている子どもであれば、他人という隔たりではなく、「子ども」として、人としての先輩として見守ってあげることではできると思います。そして、ほめたり叱ったりして、自分の子どもと同じように成長を見守ることができ

るような社会を作らなければなりません。これは政治家や行政が行うことではなく、大人ひとりひとりの心構えです。

一人っ子が増えました。でも兄弟、姉妹のように周りの子も同じように一緒に見守り、育む大人が増えて欲しいと思います。

もっとたくさんの大人たちが目を向けることで危険はさけられるようになります。子どもたちもたくさんの大人に見守られ、注意の目が向けられていれば、事件を犯すこともなくなるでしょう。

そうやって、自分の子どもへの愛をもっと広い目でみることができるようになれば、子どもにとっては、深い温かい愛情になるのだと思います。子どもは、親のしていることをみて、必ず同じように繰り返します。親が誰に対しても公平で、頼もしい存在であれば、子どもにも自ずと、誰に対しても優しく、勇気ある行動が取れるようになると思います。

まずは、親の姿勢を見直しましょう。大人として、どの子どもにも愛を注いで見守っていきましょう。

どの子どもも、みんなの子どもで、愛されるのが子どもです。

チャイルドケア講師 松本 美佳





夏休み！ 親子イベントレポート

楽しもう！ 歌おう！ 触れ合おう！



午後の部のチャイルド
たちです。

去る8月25日に渋谷のカルチャーキューブにて、親子参加によるイベントを開催しました。従来のスクーリングでは、大人を対象にした勉強スタイルをとっておりますが、親子を対象にしたイベントとして、初の試みとなりました。当日は、松本先生のアイデアいっぱいの企画の中に、ワイワイと楽しく、そして和やかな雰囲気で行われ、チャイルドケアのひとつコマを体験していただきました。残念ながら、東京のみの開催となりましたので詳細をお知らせします。



歌のフレーズに合わせて松本先生がマッサージを考え、わかりやすくなるように、伊藤さんがイラストでレジメにしました。

◆ 企画内容 ◆

その1

手作りお花の香りのブレス

手作りのお花に好きな香りを一滴。それを手につけながらマッサージします。子どもには、マッサージオイルにエッセンシャルオイルを入れることに抵抗があるという方でも、香りは十分楽しむことができるのです。

マッサージに合わせて手が動くと、自然に香りも漂い、母子ともにリラックスするのです。



なつかしい紙のお花もこんなふうにご利用できるのです。

その2

童謡にあわせて、歌いながらマッサージ

今回は、マッサージの方法をレクチャーするというよりは、楽しんで触れ合っていたくことを基本に置きたいと思ったので、誰もが知っている童謡に合わせて手を動かす方法を企画しました。季節と年齢に合わせた童謡を探し、ベビー編とチャイルド編に分けて3曲ずつ3通りの方法で、全身をケアできるように組み合わせました。実際、泣いている子どもも、歌を歌い始めるとピタリと泣き止むのです。歌のパワーも効果があります。

◎ベビー編 「犬のおまわりさん」「お馬の親子」

◎チャイルド編 「うみ」「赤とんぼ」

◎ベビー&チャイルド共通

「10人のインディアン」



◆ キーワードはお母さんの声 ◆

お母さんの声は、おなかの中にいるときから、ずっと聞いている声だから、子どもにとってはいちばん馴染みのある音です。そしてその声を聞くと安心するのです。

童謡は、ゆったりとしたリズムであったり、耳に心地よく入ってくる軽快なリズムで作られています。

お母さんの声を音に合わせた、声かけのマッサージは、子どもにとってはとても心地よいのです。

歌を歌うと自然に腹式呼吸になりますから、お母さんもリラックスする効果があります。

童謡を歌うコツはゆっくりと。ゆっくりとていねいに大きな声で歌ってあげましょう。そのリズムに合わせてマッサージをすればよいのです。

声は、お母さんの状況をとても表しています。

声の調子で、お母さんの気持ちを子どもは敏感に感じます。だから楽しい気持ちを忘れないように歌うことも大切なんです。

室井さんはプロの声楽家。歌声は大きなサポートになりました。





◆参加者の声◆



不思議！歌い出すと子どもたちは静かになりました。

受講生 東京都 飯田 智子さん

オイルを使ってマッサージをするのは、親子イベントが初めてだったので、最初はくすぐったがり体をよじって思うようにできませんでしたが、すっかりマッサージが気に入ったようで、その後の様子をお伝えします。お風呂から出た娘が、「うみはやるの？」と聞かれ、「う～みはひろい～な♪」と手振りつきで歌い出し、（マッサージしたいってことか！）と気づきました。何も言わなくてもうつ伏せになり、自分の手のひらにもオイルをつけて自分の足をマッサージし始めたりもします。最近では、お風呂に入った後にマッサージするのが日課になっています。なかなか娘の手つきも様になっていますよ。

◆ボランティアスタッフ◆ ◆の皆さん◆

午前の部のベビーたちです。



今回の親子イベントには、CCL会員の5人の有志の方の協力を得て、花作り、マッサージのサポート、コーラスなど、準備の段階から積極的にお手伝いいただきました。「わたしと子どもと暮らしのレシピ」の本でイラストを担当してくれた伊藤さんによる、オリジナルTシャツをお揃いで作り、CCL同士の仲間意識も深まったイベントになりました。



伊藤 容子さん



今回のイベントでは、マッサージに童謡を合わせて行うことでした。私は、兄妹で参加された方に交じってマッサージをさせていただきました。歌いながらのマッサージは、リズムがあり、とてもやりやすかったです。

また歌が始まるとお子さん方が静かになっていくのがとても印象的でした。イベントを通して、皆さん母子の何気ないしぐさに絆を感じ、胸がキュンとなりました。とてもよい体験になりました。

室井 栄子さん



歌を歌いながらのマッサージ。それも皆さんがご存じの歌ばかり。リズムにのって歌を歌うことは、お母さんにとってもリラックス効果があると思います。マッサージを受けている子どもたちはとて

受講修生 東京都 川腰 容子さん

今まで家でベビーマッサージをするときは、テキストの方法をその通りに行っていました。しかし、イベントに参加してそんなに型にこだわらなくていいんだ、こんなに自由に楽しくできるんだと「目からうろこ」でした。

今回のイベントは、歌を歌いながらということで、とてもリラックスできてよかったです。イベント後、家でも早速、歌いながらのマッサージをやっています。服を着ている上から遊びの延長という感じで取り入れて気軽にできてとても役立っています。もちろん娘も喜んでます。ありがとうございました。



子どもたちもいつのまにかリラックスして気持ちよさそうでした。



も気持ち良さそうでした。

マックギル まゆみさん



今回ボランティアで参加させていただきました。ちゃんとお手伝いできるのか不安なところもありましたが、準備の段階から先生、スタッフの方、ボランティアの仲間と楽しく過ごすことができました。ボランティアとしても積極的に取り組むことができました。慎重にマッサージされる方、すでに手馴れている方、子どものご機嫌取りに負われてしまった方といろいろでしたがお母さん方の気持ちはひとつであることを感じました。今回その気持ちのサポートが少しでもできていればと思っています。

が残念でした。次回、ボランティアとして参加するときは、もっと、積極的に皆さんとお話がしたいと思います。

石井 直美さん



初めてのボランティアは、とてもいい経験でした。午前の部は赤ちゃん対象だったので、合間をみて触れさせてもらったり、ミルクをあげるお手伝いをしたり、抱っこしたり。

赤ちゃんの柔らかさやにおいや笑顔に癒されました。午後は人数も多く、兄弟連れの方のお手伝いをしましたが、最初は嫌がるお子さんをなんとかマッサージしようとしたのですが、無理強いはいチャイルドケアではないと思い、その子を抱っこしたりお話したりしました。CCLとして、受講生のお母さんがゆっくり受講できるようにお手伝いをしたいので、今後もそれを課題に私なりに勉強したいと思います。



浜崎 由美さん



今回、初めてのボランティアということで、かなり緊張しました。そのうえ歌を歌うことに夢中になってしまい、イベントに参加された方々とあまりお話できなかったこと



Schooling in N A G O Y A



去る7月22日、名古屋で初のスクーリングが開催されました。これは中部地区の受講生の皆さんから、たくさんのリクエストをいただいたことがきっかけとなり、さらにはJ A A 加盟校（AuRORA／名古屋市中区）の石田光俊さんのご協力により実現しました。午前、午後の部ともに多くの方が参加され、チャイルドケアが確実に広がっていることを実感しました。



互いの自己紹介で急に和やかな雰囲気に

Schooling Report

CCL会員 服部 ひろみさん

CCL会員東海チーム所属。現在、7歳と3歳の二児の母。



次女は超未熟児で誕生しました。この子のために何かしたい、という頃にチャイルドケアに出会いました。「子どもたちのために生きよう」と熱

い思いで学び、チャイルドケアライセンスを取得しましたが、月日とともに熱も冷め、自分の子育てに不安さえ抱いていました。そんなとき、名古屋でのスクーリングが開催されることを知り、飛びつくように参加しました。

スクーリングは、午前のビギナー編と、午後の特別編の両方とも参加しました。ビギナー編では、自然療法やチャイルドケアの基本的概念についての講義でした。テキストで表面的な理解だったことが、先生の直の言葉を受け、更に奥深く理解することができました。印象に残ったのは「チャイルドケアに正解不正解は無

い」という先生のお言葉です。いろいろな情報や周囲の言葉に振り回され気味だった私には目から鱗でした。自信を持って子どもたちを見つめられるようになり、怠っていた就寝前のマッサージタイムを再開しました。毎日、子どもたちを「大好き」と抱きしめます。子どもたちの笑顔は最高のご褒美ですね。心から触れ合えるようになったと実感しています。

特別編では、チャイルドケアの実践法の講義でした。CCL会員として自分に何ができるのか考える機会になりました。以前、知人が「わが子を愛せないときがある」と悩んでいた時、親子の絆の大切さや子どもの愛し方などを自分なりに伝えました。現在こうした問題を抱えている方は多いと思います。そうしたお母さんの心を解きほぐし、よりよい親子関係を築くお手伝いをするのもCCL会員としての活動の一つだと思いました。

今回のスクーリングに参加して、初めて他のCCL会員の方と交流ができました。実際に活動されている方のお話はとてもよい刺激になります。今後は積極的にミーティングなどに参加し、自分のスキルアップを図り、活動の場を広げて行きたいと思います。そして今回、何よりも嬉しかったのは、松本美佳先生とお会いできたことです。想像以上にパワフルで素敵な方で、たくさんのパワーをいただきました。ありがとうございました。

子育てはまだまだこれから。いろいろ経験し乗り越えて、子どもたちとともに成長し続けたいと思います。

手の当て方、密着感を直接指導で体感してもらいます。



ふれることの心地よさを大切に
した、ていねいなマッサージ。

チャイルド
ケア部会
より

スクーリング開催における CCL会員の皆様へのご協力をお願い

毎回、チャイルドケアのスクーリングに参加された方から、参加してよかったという言葉をいただきます。テキストではわかりにくい内容を、直接講師から聞くことのできる貴重な機会です。できるだけ多くの方にこのチャンスをお作りするために、今後は、地元のJAA加盟校主宰者様や地域のCCL会員の皆さまのご協力をいただくことで、様々な場所でスクーリングの開催を検討していきます。また、お手伝いが可能な方は、ご協力ください。

名古屋開催に引き続き、九州地区のCCL会員の自主的なご協力を得て、福岡の秋のスクーリングの開催も決定しました。(日程などはP16) 皆さんの協力を得ながらチャイルドケアの普及活動

に今後も邁進していきたいと思っています。よろしくお願いします。

(チャイルドケア部会)

スクーリングの開催条件

- ◆ CCL会員の方
- ◆ 会場手配及び当日の受付ができる方
- ◆ その他、開催に至るまで様々な協力ができる方

詳しいお問い合わせは、お気軽にお寄せください。

日本アロマコーディネーター協会 チャイルドケア部会

Tell/03-5413-1260

チーム・フラワーフォー

各地域で、CCL会員同士の活動が動き始めています。チャイルドケアでは、個人活動だけではなく、情報交換やコミュニケーションを深めるために、グループ活動を支援しています。今回は、四国地区CCL会員によるチーム・フラワーフォーの活動を紹介します。



チームリーダー
安芸 幸恵さん

徳島県徳島市

6歳と5歳の息子がいます。夜は子どもとの時間をたっぷりとり、話をしたりマッサージをしたりして楽しんでいます。子育てに悩んだ時期もありましたが、そのおかげで子どもとともに自分自身も成長できました。



チームメンバー
横田 綾さん

高知県高知市

5歳の娘と3歳の息子がいます。仕事が忙しくなかなか家族と過ごす時間がないのですが、毎日短時間でも子どもたちとふれあう時間をとるように心がけています。



内田 ちひろさん

高知県長岡郡

子どもを4人授かり（8歳男・6歳男・3歳女・1歳男）、毎日猫の手も借りたい生活を送っています。私自身は関東の出身ですが、1～2年で高知県内の数千人規模の町を転々としている転勤族で、地に根を張った活動ができないのが悩みです。



山中 真由美さん

高知県土佐市

18歳と20歳の2人の娘がいます。普段は、家族や友人を中心にアロマトリートメントやリフレクソロジーを行っています。我が家でも大きくなった子どもにマッサージをしています。



泉川 友紀さん

香川県木田郡

5歳と2歳の息子がいます。現在、第3子を妊娠中です。妊娠中は情緒不安定になりやすいのでアロマで癒されています。



現在メンバーの皆さんと、どのように連絡をとっていますか？（以下、敬称略）

- 山中…ほとんどファックスかメールです。残念なことに、まだ一度もお会いしてはいませんが、これからもメールなどで親睦を深めていきたいと思っています。
- 内田…私は、6月に大阪でチャイルドケアスクーリングに参加したので、その内容を皆さんに報告しました。
- 安芸…後は、チームメンバーが増えたときに、自己紹介をしています。



四国では、子育て支援やチャイルドケアの関心はいかがですか？

- 山中…チャイルドケアに対する関心は大いにあるようで、広報雑誌などでも子育て支援に関する記事を目にします。専門の内容や写真も掲載されていて、利用しやすい雰囲気になっています。
- 泉川…近所に小さなお子さんを持ったお母さんたちがいるので、仲のいいお母さん同士で時々集まってチャイルドマッサージのやり方やハーブティーの効用などを教えています。



チャイルドケアに関連するアプローチの方法や活動を教えてください

- 内田…アロマやチャイルドケアの体験をおしゃべりなどの会話に交えて機会がある折にお話しています。興味を持たれた方には、自作のチャイルドケアについてのリーフレットをお渡しして質問を受けています。ごく少数の方ですが、細く長い活動が必要だと思っています。
- 横田…私も、友人や職場のスタッフや興味のある方々には、アドバイスやおすすめレシピを参考程度にお話ししています。そういう方との出会いはとても嬉しいです。
- 安芸…私は、徳島県の総合教育センターという施設で、

学んで伝える体験講座として《絆を深める 親子deマッサージ》を9月～11月までの月1回ボランティアしています。この施設は、総合教育ということもあり、教員の方の研修も多く、今回の講座では保育所関係の方や保育士の方も見学されます。



四国のチャイルドケア受講生に向けてメッセージを

●内田…四国はシトラス系の自然（みかんや柚などの柑橘

系）が豊かな土地です。自然を生活に取り入れ、心が豊かになれるようお互いに励んでいきましょう！

●横田…子どもたちの天使の笑顔がたくさん見られるチャイルドケア。心や身体に自然にふれあって楽しみましょう。

●安芸…今はまだバラバラの活動ですが、広い四国にチャイルドケアを求めている方も多いと思います。皆さんともっと活発に何かできることがあるはずですから、一緒に考えてそして行動していきましょう。



親子海外ホームステイ

★ in オーストラリア

CCL会員

安芸 幸恵さん

◆滞在期間／2006.7.1～ 4週間

四国地区CCL会員のチームリーダーを務める安芸さんは、この夏に、オーストラリアにナチュラルケアを学びに、親子でホームステイされました。貴重な体験をレポートしていただきました。

いつか子どもと海外でホームステイするのが夢だったのと、長男が来年小学校へ上がるので行くなら今年中だと漠然と思っていたときに、親子ステイならオーストラリアかカナダが安心だと聞いて、探したところ、たまたまアロマに関するプログラムを見つけたこともあり、「今だ！」と決意しました。

4週間のステイが決まり、子どもたちは現地の幼稚園へ、私は現地スパのリミディアルボディマッサージのスクールへ通う日々が始まりました。あいさつ程度の英語で無謀とも思える今回のホームステイ留学。不安でしたが、その分たくさんの出会いがありました。

残念ながらこれといったチャイルドケアには出会わなかったのですが、地元では、お子さんと離れるとき、例えば学校の別れ際に“Love you”とキスをする、寝る前にもスキンシップをするなど、コミュニケーションが日常茶飯事であるように思いました。でも、親子は、寝るときは別々なので、私たちが一緒にのベッドで寝ることを不思議がられました。

現地在住の日本人のお友達もでき、日頃のケアを聞いてみると、ゴールドコーストでは風邪を減多にひかないそうです。風邪をひ

いても別に何もしないそう。病院に行っても、お薬は、なかなか出ないそうです。薬を山ほどくれる、日本とは大違いです。

滞在中、子どもたちは風邪、下痢、おたふく風邪にかかりました。風邪の原因は、朝晩の気温の変化が激しい中、ビーチに行って泳いだことでした。（現地では冬ですが、子どもは泳げます）また食事にお肉が多いこともあり、お腹を壊すこともありましたが、そのときは、朝食をおかゆにしたり消化のいい温かいものをとるようにしたり工夫しました。おたふく風邪は、腫れたところにラベンダー、ティーツリーの塗布のみで熱も出ずに済みました。私の知っている限りのケアで自然治癒したことに驚きです。

ある日、長男が家に帰った途端、いきなり吐いたことがありました。きっとランチのフライが原因だと思うのですが、ホストママは冷蔵庫からサイダーを取り出し、グラスに注いでスプーンでグルグル回して炭酸をとば

して「これを飲みなさい」とすすめました。どういう効果があるのかとたずねると、自分のママがしてくれたからということでした。まさに伝承されているホームケアのひとつでした。息子は炭酸を飲むことに慣れていないので、結局飲めませんでした。

まだまだ書ききれないほど、たくさんの出来事がありましたが、なんとか親子3人、無事に楽しく過ごすことができました。周囲の皆さんにも本当に感謝しています。



Q&A 便秘

Q 1歳半の子どもの便秘に悩んでいます。薬に頼るのは嫌なので何か良い方法はありませんか？

A 子どもの場合の便秘は、水分不足によるものが多くあります。また、疳の虫の症状のひとつとしても起こります。この場合にも皮膚への刺激やツボ刺激によって、自律神経を介して、内臓の働きを活性化させ、自然治癒力を助けることができます。

最近では、低年齢児からお稽古事などに通うこともあり、精神面に緊張を与えることも増えています。外遊びをしっかりさせるなど、体を動かす運動や遊びを取り入れるようにも心がけてください。ただし、遊びすぎや過剰な興奮を与えることは、マイナスになるので気をつけましょう。

また、睡眠の質を良くすることも副交感神経を優位にし、消化を促すわけですから、未就学前であるなら8時前には就寝させるようにしましょう。朝も7～8時には起こすようにすることです。睡眠の質をあげるためにもマッサージは有効です。

①マッサージは、指2～3本位を密着させて、おへその周りを「の」の字に刺激していきます。ゆっくりと行うことが大切です。また背骨の両側、腰から仙骨に向けてもなでさするように刺激してみましょ



う。温めることも効果があります。

②天枢、大腸愈、腎愈 を刺激してみましょう。

③白湯などをこまめに与え、水分補給をしっかりとらせましょう。

(ツボ位置などテキスト参照)

チャイルドケア監修 松本 安彦

A 便秘のときだけではなく、普段から体を温めたりする意識は必要だと思います。足首やおなかまわりは冷やさないように下着をつけましょう。足は裸足でも、これからの時期は、足首を冷やさないように心がけましょう。食事面でも、体を温める食事を心がけることです。ハーブティーでは、チコリやダンディライオンなどがおすすめです。カモミールをブレンドすると飲みやすくなります。ま

た、ミルクの代わりに豆乳を入れたミルクティーは、飲みやすい上、繊維も取れるので大人にもおすすめします。また子どもの遊びの中にしゃがませるといふ何気ない行為も、実は腹筋や足腰の筋肉を使うので、腸の働きにも影響します。「座るではなく、しゃがむ」これだけでも違ってきます。

チャイルドケア講師 松本 美佳

S.A 川井 尚美さん

◎看護師・助産師

A 新生児から卒乳前の子どもについては、母乳かミルクかで違います。母乳の子は1日に何度も便をしますが、ミルクの子は2日に一度というペースの子もいます。母乳の子で便秘になったら、まずお母さんはどうでしょう？便秘になっていませんか？脱水気味になっていませんか？栄養は偏っていませんか？母乳の子はお母さんの体調を反映します。自分の食生活を振り返ってみましょう。

ミルクの子はメーカーや作る水を替えるのも1つの方法だと思います。卒乳後の子どもは、やはりバランスの良い食事と適度な運動は言うまでもありません。また、大体決まった時間にトイレに一緒に行き、排便を誘って見てください。知らず知らずのうちに子どもの体に染み付き、その時間に便意をもよおすようになってきます。排便の習慣をつけることはとても大切なことです。

S.A 守下 聖さん

◎保健師・看護師・受胎調節実地指導員・健康運動指導士

A 子どもの便秘を薬に頼るお母さん方も少なくないようですが、その前に子どもと自分の生活を見直してみましょう。きちんとしたお通じには、食事の内容だけでなく、三食しっかり摂れているかが重要です。おやつと食事がダラダラ続くようでは体をうまく操縦するための自律神経のはたらきが弱くなります。また、お昼寝や夜の睡眠のリズムも大切です。チャイルドケアホームワーク講座にもあるように、ウンチを中心とした日記を付けることでこうした生活の振り返りができます。規則正しい生活はお通じに反映します。

トイレトレーニングと一緒にぜひおすすめしたいのが、朝食後にトイレに座る時間を作ること。おしっこしか出なくてもかまわないので、必ず力んでみる習慣をつけると良いです。なかなかできない……とはいえ、子どもの腸を元気に育てるためです。あせらず、ゆっくり、楽しく、お試しください。毎朝の素敵な時間になりますよ。

* チャイルドケア * 専門サポート * アドバイザー

* 新しく専門サポートアドバイザーになられた4人の方をご紹介します。今後はQ&Aを中心にご協力いただきます。

S.A
紹介

川井 尚美さん

●神奈川県横浜市／助産師・看護師

助産師になって11年目、10歳・4歳・1歳の3人の子育てをしながらの勤務は、かなりの重労働ですが、子どもと旦那に協力してもらいながら頑張っています。

私がチャイルドケアに興味を持ったのは、子どもが病気になってから対処するのではなく、病気に打ち勝つからだを持って欲しいということと、仕事をしていて感じることに、子どもと触れ合う術を知らない親が増えているということも理由の一つです。



守下 聖さん

●静岡県浜松市／保健師・看護師・受胎調節実地指導員・健康運動指導士



市町村保健師として勤務後、一旦子育て中心の生活を過ごし、社会福祉協議会の在宅福祉に関するアドバイザーとして復帰、子育て支援にも関わりました。現職は病院の医療相談員で、職歴としては15年になります。

家庭では夫と夫の両親、中1男子、小5男子、小3女子の七人家族。多忙な毎日です。私の子育ては『子どもの丈夫な心と体をつくること。早寝早起き、しっかりご飯！』がコンセプトです。子育ては大いに楽しんで自分も育つこと。自分の子育てや仕事を見つめ直す意味でも、今、チャイルドケアを楽しんでいます。

桑野 優子さん

●福岡県福岡市／カラーコーディネーター・カラーセラピスト

カラーの仕事をして14年になる一児の母です。色は表面的な美しさだけでなく、人間の心身に大

きく影響を与えますので、私自身の産前産後の辛い時期、色の効果で心身ともに助けられました。子育て中のお母さんたちにカラーの力を知ってもらい、アロマと上手に融合出来たらきっと喜んでもらえると思っています。



武藤 妙子さん

●三重県桑名市／保育士

現在、保育士28年目で、毎日可愛い子どもたちに囲まれ奮闘中です。保育の場面でも、アロマを取り入れ、小麦粉粘土あそび、フィンガーペインティングなどに、エッセンシャルオイルを使い、子どもたちを癒したり、私自身も癒されながら保育しています。



最近では子どもたちから、午睡前や降所時に、「せんせい、いいにおいして〜!」と言われるようになりました。毎日の生活の中に、チャイルドケアの主旨を取り入れ、親子の触れ合いの大切さや、自然療法の試みを知らせていきたいと思っています。

S.A募集!

チャイルドケア部会では、引き続き専門サポートアドバイザーを募集します。

＊専門サポートアドバイザーの条件

- ◎専門的な職種についていらっしゃる方（国家資格、それに順ずる資格保有者）
- ◎子どもを取り巻く環境の中でご経験を10年以上重ねていらっしゃる方（ベビーシッター、幼児教室、福祉関係、親子関連業務、動物関連業務など）

＊専門サポートアドバイザーとしての主な活動

- ◎基本的にボランティアとしてお考えください。受講生の質問や相談に対して、専門的な立場でみたアドバイスをお願いします。その際に個人的な見解ではなく、あくまでも専門的な分野でのご提案をお願い申し上げます。

＊登録方法

- ◎チャイルドケア部会にご連絡ください。詳細と登録書をお送りします。
- ◎自薦、推薦からも承ります。

訂正とお詫び ビーカーブーNo.13専門サポートアドバイザー北野智子さんの紹介の文面において、保育師ではなく保健師の間違いでした。訂正しお詫び申し上げます。

TOPICS

妊婦さんのための情報サイト

「ベビカム」の マタニティーセミナー

JAAでは、幅広い分野から講師依頼があります。チャイルドケア部会でも、子どもや親子を対象にしたセミナー依頼は、ずいぶん増えてきました。今回の依頼は、ネット上で、妊娠・出産・育児の情報を提供しているコミュニティサイトの「ベビカム」様から、妊娠期による不安をなくすためのアロマ講座ということでお受けし、松本先生が講師を務めました。

この講座では、全6回で「クラスママ」という形で、

妊婦さんが出産、育児について、専門分野で活躍されている方をお招きして行われました。

今回、松本先生は、第3回目の講座担当で、妊娠～育児のママとベビーのアロマセラピーについて講演されました。アロマの基本的なお話から始まり、マタニティー期のケア、そして、お母さんとなる方へのホームケアへの意識付けとなるような内容に、皆さん、興味をもたれ熱心に聞き入っていらっしゃいました。詳細は、下記のサイトでご覧ください。また、10月より、同サイトに松本先生のコラムも連載されます。



●ベビカム ホームページ <http://www.babycome.ne.jp/>



受講生 熊谷 桂子さん

愛知県春日井市在住。

あと1年で一番下が小学生！やっとな私の子育てもほんの少しだけ一段落できる……6番目の子どもを授かったのは、ちょうどそんな頃でした。嬉しさよりも、とまどい。それが正直な気持ちでした。今いる子どもたちのこと、これからの生活、また改めて一から始めなければならない育児……。あれもこれもいろいろな思いが頭を駆けめぐり、どうすべきか決めかねていた情けない私を決心させたのは、当時中学3年生で受験を迎えた長女の言葉でした。「神様からもらった命だよ。大事にしなきゃいけないよ。」そして生まれてきたのが現在1才になる四男です。

我が家は、高1の長女・中3の長男・小6の次男・小4の次女・小1の三男・1才の四男と、6人の兄弟姉妹が暮らしています。

5人兄弟の頃でも、毎日がお祭り騒ぎのように賑やかで大騒ぎ。その上、赤ちゃんが生まれたら、いったいどうなるのか……不安でいっぱいでした。本当に、目をつむる思いでお産をすませたのですが、私のそんな心配はみごとに乗り越し苦労に終わったのです。確かに、改めてまた赤ちゃんの世話をするのは心身共に大変でした。けれど、この子を取り巻く兄弟姉妹の目の輝きと云ったら、5人それぞれ表現の仕方はおもしろいほど違うけど、どの子も新しく

ただいま、 6人の子育てに奮闘中！

仲間入りした弟を慈しむ心が痛いほど伝わってきて、大変だ！！と思っていた状況は、実は何よりも幸福の入口だったんだと、改めて気付きました。チャイルドケアの勉強をしようと思ったのも、再び乳児と向きあうことになったから。これも、思いがけない幸福の一つだと思っています。

今私は、子育ての総復習をしています。幼い四男を通じて、今まで必至で通りすぎてきた5人分の人生を改めて思い出しています。同じ親から産まれ出て、同じように暮らしてきたつもりでも、面白いほど何もかも違う子どもたち。そして16年経って分かったことは、決して親の思いや育児書通りには、子どもは育たないということです。

「世界に一つだけの花」の唄の一フレーズのように、「ナンバーワンにならなくてもいい。もともと特別なオンリーワン」それぞれ6人の子どもたちが自分らしく羽ばたいていけるように、私はこれからも楽しみながら苦しみながら、見守っていこうと思っています。



おばあちゃんのチャイルドケア



CCL会員 原田 憲子さん

北海道札幌市在住。心理カウンセラー、アロマコーディネーターとしてマンションの一室に「セラビールーム・ミルラ」を開業。

<http://myrrh.heart.cx/aromaindex.htm>

今年1月、長男夫婦に初孫が誕生しました。それはそれは可愛い男の子です。周囲の皆さんの予想通り、主人と私は「じじバカ・ばばバカ」になりました。そうして、色々なことに気づかされることになりました。

まず、生命が続いていくということの実感です。チャイルドケアの考え方にもあるように、人間は大きな生命の営みの中にあり、遙か昔、太古の時代から続いているのです。自分の4人の子どもが生まれたときは、毎日が忙しく味わう余裕がありませんでした。今は、ゆっくりとその不思議さを味わっています。それから、子育てには生命を育てるというだけではなく、子どもを社会に適応させていくという側面があります。しつけや、教育がそうですね。そのためには、子どもに対して厳しさも含めて、真剣が必要になってきます。ここでは父親の役割も重要になってきますね。

ところが、おじいちゃんおばあちゃんである私たちは、「しつけはできないかも」と感じています。「いいよ。いいよ。」と何でも許してしまうでしょうし、いたずらをしても、面白がってしまうでしょう。それでは、どうやって孫育てに関わろうか、と考えました。そこで、孫の母親、お嫁さんの考え方、行動などを大いに認め、バックアップすることにしました。

つまり、「母の幸せは子どもの幸せ」という捉え方です。私たちがバックアップすることは、お嫁さんの幸せにつながると思うのです。私はカウンセラーという立場から、母子関係を深く見つめることがあります。子どもにとって一番影響が強く身近な存在は母親です。特に、小さい子どもは母親と自分とを分けることをしませんから、母親の精神状態が子どもに伝わりやすいのです。

私がチャイルドケアライセンスを取得した理由もそこにあります。子どもの母であることを喜べるような母親になって欲しいのです。チャイルドケアはそのためのアイテムになるでしょう。でも、感情的になって怒りすぎたとか、子どもより自分を優先したわ、などという時、お母さんは自分を責めすぎてはいけません。お母さんも子どもも人間は、柔軟でエネルギーにあふれた存在です。いくらでも取り返しが出来ますし、多少のことではびくともしませんからね。ただただ、愛してください。子どもだけではなく自分自身も。もちろんご主人も。



このコーナーでは、皆さんの活動情報、勉強会、仲間募集などを紹介しています。皆さんの情報交換の場としてご利用ください。

CCL会員、受講生の 活動紹介 & 仲間募集



三重県の仲間募集します！

CCL会員 堀 藍弥さん／三重県四日市市

県内にチャイルドケアライセンス取得者がまだ少ないことを聞いて、これは活動のチャンスだと思い、行政や子育て支援のNPO団体などへのアプローチもしましたが、理解されず門前払いということがあったのも事実です。それでも、「とにかくチャイルドケアを多くの人に知ってもらいたい」という思いが叶ったのか、地域の子育て情報誌やミニコミ誌に「香りを通して子育て支援」という見出しで掲載していただきました。11月からは、子ども同伴でも受講できる、アロマテラピーとチャイルドケアの教室を自宅で開きます。

また、同じ三重県のCCL会員で専門サポートアドバイザーの武藤妙子さんと知り合いになり2人で「Touch&Accept」

というグループ名で、チャイルドケアのイベントを現在企画しています。私たちの住んでいる三重県で、チャイルドケアの普及を試行錯誤を繰り返しながらも頑張っていこうと思っていますので、興味がある方はお気軽にお声をかけてくださいね。

E-MAIL a-hori@cty-net.ne.jp

アロマスクール茉莉花

<http://www.cty-net.ne.jp/~a-hori>



CCL活動で、福岡会場 追加決定！

今夏の名古屋スクーリングに引き続き、今回は、九州地区のCCL会員の皆さんのご協力を得て、追加として福岡会場が決定しました。九州地区の皆さんからの、スクーリング開催の強い要望と積極的な行動が結びつきました。その担い手となった会員さんからのコメントです。(P7参照)

CCL会員 岡田 亮子さん／福岡県



私は福岡でのスクーリングに毎回参加していますが、回数を重ねることに参加者同士のチャイルドケアに対する絆が深まっていくように感じます。また松本先生のお話を直接聞くことでとても勇気づけられます。ただし、福岡は1年に1回の開催でしたので、機会を逃した方や、あるいはもっと先生から学びたいという声もたくさん周りでは起こっていました。そこで、チ

ャイルドケア部会の方に電話やメールなどで、何度も何度も開催のお願いを重ね、ようやく実現することができました。会員同士が協力し、実現できたのだと思います。目標があったので、より仲間意識も高まり、九州地区はコミュニケーションが深くなってきました。こうした活動もチャイルドケアだと実感しています。

皆さんの絆が深まって、これからもさまざま地域でスクーリングが開催され、多くの人に松本先生のお話をうかがう機会が増えると、チャイルドケアがもっと素敵なお話であることが理解されると思います。テキストにはない、深い面白いお話が聞けるチャンスです。12月のスクーリングを仲間と楽しみにしているところです。ちなみに私は、つい先日二人目の赤ちゃんを出産しました。大変な状況の中でこのスクーリングの開催に向けて動いていました。でも、仲間がいるのでできたのだと思います。やれば、できる。これもチャイルドケアで教えてもらったことです。

秋のスクーリング案内

10月より秋のスクーリングがスタートしています。10月7日に行われた東京会場も無事終了しました。東京は、12月にも同テーマで開催が決まっておりますので、機会を逃された方は、ぜひ、足を運ばれてください。今後は、皆さまのご協力を得ながら、できるだけ多くの方に受講いただく機会を検討してまいりたいと思います。

(チャイルドケア部会)

チャイルドケア入門講座・ビギナー編

チャイルドケアの基本的な考え方を理解し、学習面に役立てていただく入門講座になります。

スクーリングに初めて参加される方は必須となります。レッスンにご興味のある一般の方の受講もできます。

●時間 10:00~12:00

リラックスポイントについてスキルアップ編

チャイルドケアのテキストにはない、実践的な内容をご提案する講座になります。ライセンスを取得した方、あるいは取得を目指す方が対象になります

●時間 14:00~16:00 (時間延長あり)

●講師：松本 美佳先生

●札幌 11/10 (金)

●大阪 11/16 (木)

●東京 12/7 (木)

●福岡 12/9 (土)

●費用 受講生・MC会員/3,000円
正会員/4,000円 一般/5,000円

●申し込み窓口 日本アロマコーディネーター協会
tel/03-5413-1260

東京会場 10/7スキルアップ講座 参加者の声

◆「子どものケアというよりも、もっとシンプルで大切なことを子どもと共感しなければいけないと思いました」

- ◆「とても内容の濃い講座でした」
- ◆「幼児までのケアと思っていましたが、人として、生きるうえで大切なことだと思いました」
- ◆「一言では言えないくらい勉強になりました」
- ◆「バランスの大切さに気づきました」

合格おめでとうございます



今回は、60名の方が新たに

チャイルドケアライセンスを取得されました！

みなさまの更なるご活躍を心よりお祈り申し上げます。

澤田 美貴/堀井 牧子/久保 美香/蒲澤 順子/本間 千秋/安吉 陽子/磐瀬 幸子/長島 千里/出水 昭子/岩橋 知美/間 恵美/岩男 明子/パトリック 安都子/本間 裕美/中野 智子/伊藤 里香/藤田 典子/金坂 有希子/坂中 洋子/湯本 裕子/水口 富美子/北野 智子/古市 みどり/森野 佳奈子/東 雪子/横島 美穂子/菊入 明子/佐藤 真記子/祐原 あゆみ/伊藤 佳世/岡本 亜由美/片岡 玲子/森井 晴美/武藤 妙子/宮嶋 梓/鎌倉 恵美/川井 尚美/西脇 雪絵/浜田 香里/一色 昌美/中山 里佳子/浅野 真紀/宝官 明子/久保田 敦美/高橋 左織/中尾 涼子/井田 みつ美/余語 久美子/梶田 寛子/八木 紀久代/小林 知佐子/吉越 和子/廣田 美佐/新島 淳子/池口 千栄子/安西 佐織/中村 瑞枝/神谷 郁未/瀬戸 啓子/遠藤 仁美

(敬称略/2006. 6/15~10/1付)

まみいーの日記 Vol.7

耳の掃除



お母さんの膝枕で耳をきれいにしてもらい喜び、あの感覚は忘れられないですね。夏に帰省した私は、久々に母に耳の掃除をしてもら

いました。なんだか懐かしい気分と気持ちよさで少し眠ってしまいました。耳を掃除するという行為そのものよりも、膝枕の暖かさが安堵を感じるので心地いいのでしょうか。どんな母親でも父親には持っていない独特の雰囲気があると思うのですが、私はそれを「安心の気」と言っています。なぜだか知らないけど安心する気持ちになるというのは、おそらくみんな母親に感じるものなのではないかと思います。女性ならではの素晴らしい感性を大切にしたいものです。後で、私も母の耳の掃除をしてあげました。

※ピーカープーの紙面にご登場くださり特に協力いただいた方には、感謝の気持ちを込めてプレゼントを贈呈させていただきます。

日本アロマコーディネーター協会 チャイルドケア部会

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前1-15-15 原宿佐野ビル2F

TEL. 03-5413-1260 FAX. 03-5413-7080

E-mail: info@childcare-jp.com

HP: http://www.jaa-aroma.or.jp/child

●マザーズクラブ会員専用ページのご利用には、IDとパスワードの入力が必要です。

ID/ccbukai パスワード/mckaiin