



日本アロマコーディネーター協会  
チャイルドケア本部 MC会報誌

# Peeka Boo No. 19

ピーカーブー

2008年6月25日発行

## 愛することは触れること

タッチケア、ベビー&チャイルドマッサージにおいての質問で、順番や方法についてのことが多くあります。たとえば、「なかなかジッとしてくれない」「やってあげようと思っても、マッサージを嫌がる」「小学生のための方法を知りたい」「手が荒れているので、触るとかわいそう」などなどです。

どの質問でも共通しているのが、まずやる側の心構えができていないということです。方法を相手に押し付けようとしている様子が想像できます。もちろん、子どものためだと思って行っているのですが、愛情がないわけではないのですが、愛情の伝え方が逆に下手になっているように思うのです。

愛情とは、どちらかが一方的に愛情を注ぐだけではうまくいきません。愛情を注ぐ側と受け取る側のバランスが合って、はじめて循環していくのです。つまり注いだ愛情は、相手に伝わって、それがめぐって戻ってくるのです。

上記の質問は、これらの愛情の循環が崩れてしまっているように思います。チャイルドケアで触れるという行為は、方法的な技法や手段よりもずっと大切なことであり、重要なことであり、どの手技よりも難しいものだと思っています。

つまり、触れるという行為は、究極の手技だということです。触れるという行



為が、上手にできたときには、愛情が循環するスイッチが入るのです。そのスイッチが入ることで、心という部分から体をほくしていくのです。それがチャイルドケアのベビー&チャイルドマッサージです。

乳幼児でもなければ、子どもは動くものです。10分たりとしてジッとなんかしていません。元気な子どもは、お母さんが自分に注目しているとわかれば、余計にうれしくて動いてしまうでしょう。そのようなときに、押さえつけて行うことが不自然です。お子さんが動くのであれば、お母さんも動きながら行えばよいのです。一緒に動きながら、頭をなでたり、背中をさすったり、お尻をさわったり.....母親の手が心地よいものと伝われば、自然に動きを止めて、もっと触れてほしいと要求することでしょう。

マッサージを嫌がるお子さんは、嫌がっているわけではありません。おそらく母親の一方的な行為に、それが理解できずに不安になっているのでしょう。普段し

ないことをするわけです。あせらずに、まず手の心地よさを伝えるために手遊びから入っても良いのです。その延長に触れる行為を増やしていけば自然に受け入れてくれるようになります。

小学生になったからといっても、触れる行為に変わりはありません。専門家の言うリハビリなどとは違います。お子さんの要求を満たす触れる行為を重ねてください。

お母さんの手が荒れていても、子どもにとっては、どんな手よりも大好きな手です。自信をもって触れてあげてください。手の存在以上にその奥にあるお母さん自身に触れていることで癒されるのです。

触れるという行為は、愛情を伝える手段なのです。「愛することは、触れること」そんな本能的な心の行動をもっと柔軟に感じて行ってみてください。

皆さんの生活の中に、愛がたくさんあればたくさんの触れる行為が行われているはず。たとえば、お茶碗に、ご飯をよそって食べるのではなく、手でおにぎりにするだけでも、なぜか不思議に味が違ってきます。これも触れるという行為が作り出した愛の味です。

たくさんの愛を感じ、触れる行為を日々心がけてください。

チャイルドケア講師 松本 美佳



プロフィール / 大森 弘先生

東京教育大学文学部哲学科卒業。神奈川県の高  
校。教育センターなどで教育相談を担当、その後  
高校長を経て大学に勤め、「カウンセリング」と  
「道德教育」の關係の講義やカウンセラーを担当。  
現在、八洲学園大学客員教授、国士舘大学学生  
相談室カウンセラー、親学推進協会副理事長、日  
本家庭教育学会常任理事。

大森 弘 先生 / カウンセラー

子育ては壮大なロマンを  
もった素晴らしい行い  
そして、心のケアは、  
生きる力を育むのです。

聞き手 松本 美佳 チャイルドケア講師・ピーカーブー編集長

チャイルドケアは、自然療法を生かしながら、心身の健康の恒常性を高め、よりよく生きるために提案しています。その手段として、アロマセラピーや、ハーブ療法、ふれあいから始まるタッチケアやベビーマッサージも取り入れています。しかし、チャイルドケアとは、そうした方法論だけを行うのではなく、「心のケア」を基本にもたなければならないことを提案しています。

広く大きく捉える意味では、チャイルドケアは、命のケアであり、心のケアであるのです。日本では、心のケアとしてのカウンセラーという仕事はまだまだ発展途上の状況ともいえます。

生まれつきの脳の発達障害や精神的な疾患による問題と悩みや迷いや恐れなど心の不調が引き起こしている心の問題が、一緒に考えられてしまったことが原因でした。しかし、脳科学や心理学などの研究がすすみ、心の問題となる原因が明らかになりつつあることで、「カウンセリング」という分野においても、その必要性は急増しています。

カウンセリングとは、会話を通して、「心」をひも解いていくひとつのツールです。カウンセリングの必要性は、たんに「心の問題」としてだけではなく、人としてのコミュニケーションの低下にも警告しているように思います。

長年にわたり、カウンセラー業務に携わり、精力的にカウンセラーの育成もされている大森弘先生にカウンセリングからみた「親子のコミュニケーションのあり方」についてお話を伺ってきました。

また、大森先生は、親子教育、家庭教育にも携わっていらっしゃいます。私の恩師ということで、今回の対談が実現しました。チャイルドケアの深い目的が皆さんにもご理解いただけたと思います。

(松本 美佳)

## 親子の問題の3つの原因

松本 最近の親子をみていると、私が思っている以上に子育て不安に対する問題は年々悪化しているように思います。また、新聞やテレビから流れるニュースにも、明らかに虐待や育児放棄などが増えています。これらの問題を引き起こしている原因はどんなことがあるのでしょうか。

大森先生(以下敬称略)これらの問題には、背景に3つの原因があると考えています。ひとつは、少子化です。子どもが少なくなればなるほど親の期待が集中するわけです。当然、集中すれば、その期待が過剰になります。期待が大きくなればなるほど、不安は増えるものです。

昔は子どもが多かったから、3人とか5人いれば、親の期待は分散されていたから、ここまで親の期待が過剰にならなくて済んだのでしょう。

松本 そうですね。特に母と子と二人きりになる育児が多く、母は、子へひたすら愛情を注ぎ、それがいつのまにか自分の思いが「期待」となって、いつのまにか押し付けてしまっているのですね。その

子どもが期待に添わないと、悲しみや怒りとなって「ストレス」を作るわけですね。

大森 そうです。子どもとは血のつながりを持っていても、別の人格を持っている存在です。

自分と性格も心も違うものであることを基本とし、そこから親子の信頼関係を作らなければならないのです。自分の子だから、当然思ったとおりになるという考えは、ストレスしか生み出しません。

松本 確かに子どもとは、自分の体を介して存在しているのであって、もう一人の自分ではありませんね。

大森 ふたつ目の原因は、子育てと親の自己実現の関係です。最近のお母さんを見ていると、とても焦っていますよね。子どもを産み育てるということは、自分の自己実現を果たすための時間がとられてしまうと思っている人がいます。キャリアがあれば、キャリアの邪魔になるとさえ思う人もいます。そう考えてしまえば、育児はストレスになるでしょう。焦りや不安になり、邪魔になって虐待をしまうことになるのです。子育てに対する意識が低いのですね。子育ては、命を受け継ぎ、それらをまた伝達していく大切なことです。後世にわたって生命の伝承に自分が関わっているということは、大変ロマンがあり素晴らしいことなのにそうした意識がないのは残念なことです。

松本 私も、1200gの娘の生きる力を見た時に、小さな存在から、果てしない宇宙の力のようなものを感じました。そして奇跡的な授かりものなのだと思った時は、壮大なロマンを感じ、もっと強くなって子育てをしなければと思いました。出産時のなんとも言えない感動は、まさにロマンだと思いますね。

大森 三つ目は、子育てのサポートの仕方を知らないのです。子どもを産み育

てるということ、発達を支援するという子育ての仕方が理解されていません。発達段階によって、どのように子どもを支援して良いのか理解していないのです。

松本 でも、今のお母さんは、情報をとても持っています。育児書は何冊も買うでしょう。インターネットですぐに調べます。だから、産む前から、何か月には首がすわって、何か月にはハイハイするとか、やたら詳しいのです。情報や知識に求めることで安心してしまい、実際、現実となると応用ができずに戸惑っているように思います。

大森 それは、いろいろな育児書に巻き込まれてしまって、子どもにきちんと向き合っていないのではないのでしょうか。個人差もありますので、一般的な発達課題をしっかりとおさえたいうえで、目の前にいる子どもと向き合い、よく見つめていけば、子どもの適切な関わり方も分かっていくと思います。

同じような境遇の人たちと話をしたり、あるいは先輩たちからの話をしたりなど、不安を本や情報で処理するのではなく、一緒に考えられる仲間を作ることが必要でしょう。今は、いろいろな子育て支援活動をしているグループや、活動がありますから、そういったところに出向いて、ともに考えられる仲間を作ることが、そうした育児不安を解消するのだと思います。





大森 日常生活では、言葉と感情にズレがあることが多いですね。言葉の上だけで理解してしまうと、相手の本音の気持ちが正しく受け止められないことがあるのです。そうしたコミュニケーションの落とし穴を理解する必要もあるでしょう。子どもの言葉を言葉として理解するのではなく、その奥にある感情に気づけるかどうかが大切なのです。

松本 チャイルドケアを学んだ方も、そうした子育て支援活動に役立っている人は多いのです。私も、人は人で育つということを忘れないでいたいと思います。ぜひ、チャイルドケアは、そうした場で活用してほしいと思います。「私の子育て、あなたの子育て、どっちもいいね。」って笑い合えるような環境が必要ですね。

### 親子の共感的な関わり方

松本 カウンセリングは、まさに言葉によって心をケアするものだと思いますが、チャイルドケアでも言葉の大切さを伝えているのですが、先生は、言葉の力をどのように感じていますか？

大森 言葉は、人間関係の在り方で最も重要なものです。コミュニケーションのいちばんの手段です。言葉は、ギリシャ語では「ロゴス」といいます。ロゴスとは、言葉という意味のほかに、心の働きのうち最も優れたものとしての理性という意味があります。つまり、言葉というのは、心の優れた働きにつながる高尚なものなのです。だから言葉は大切に使うなければいけないのです。

松本 難しそうですね。今は言葉遊びが多くて、言葉に深い意味など感じないで使っていますね。言葉の暴力もそうしたことが軽視されているからなのです。

松本 話し出す年齢が早くしっかり話す子や大人のような言葉を使って話している子どもを見ると、どこか大人びているように感じます。でも、話の内容よりも、やはり話している子どもの「心」を見ていくことは必要ですね。

大森 親子の場合は、そうした共感的な関わり方が難しいから、余計に本音で語り合える関係を築いていくことが大切ですね。

松本 親子は共感的な関わり方は難しいのですか？

大森 そうです。親は盲目的になりがちなので、どうしても子どもを私物化する傾向になります。支配的になってしまうのですよ。可愛さあまりに親の考えで、こっちの方がいいとかこうしたほうがいいんだとか言って、子どもの言葉を聞かずに先回りして指導してしまうのです。だから子どもに依存や反発の気持ちが生じて、自立できなくなっていくのです。思春期の子どもはキレるといわれていますが、自立を下手にしているのは親なんです。

### より良い親子関係

松本 よりよい親子関係を築くためにすべきことは何でしょうか？

大森 できるだけ五感のすべてを使ったはたらき

かけを乳幼児期から行うことが大切です。それが、親子の間に基本的な信頼関係を築くことに役立ちます。また、ひとつひとつのいのちのつながりが大切であるということを小さい時から教えていく教育が必要だと考えています。それが人間関係を築く上でとても重要になっていきます。赤ちゃんのうちからしっかりとアタッチメント（愛着）を実感させ、そこから、信頼と愛情の関係を形成していくことが重要なことです。そうしたことができれば、自然に、相手の気持ちに寄り添うこと、支えることができるようになると思います。私は、それが本来の「癒し」だと思っています。チャイルドケアは、実際それをやっているようですね。カウンセリングは、心（内）から体（外）へ働きかける方法ですが、チャイルドケアは、五感を通して、心に働きかけているのでしょ

う。カウンセリングも、要は「癒し」です。心のバランスが取れるようになれば、健全な脳細胞が発達します。生きる力を向上できるのです。親が安定すれば、子も安定します。親が変われば子どもも変わる。不調を治すのではなく不調はアンバランスだから、バランスを戻せばいいのです。そうした目的はカウンセリングもチャイルドケアも共通していますね。

松本 そうです。ベビーマッサージでも、ハーブティーを飲むにしても「モノ」にこだわるのではなく、その先に「心」があることを意識してほしいと伝えています。バランスとか調和ということにおいては、自然療法そのものの観念だと思います。心のバランスを図ることがより良い親子関係を築くことになるんですね。

大森 お母さんの心が不安定であれば、どこかにサポートを求めることです。そうしたときに専門家ではなくても仲間でも良いのです。自己中心的になっていては、良い子育てはできません。お母さんもケアを求める努力をすることです。一人で抱え込んではいけません。

松本 子どもの不調はお母さんが変わることで変わることも多いにあります。その場合には、子どもだけに目を向けずにお母さんに目を向けてサポートしてあげることでですね。

## 形容詞を使いましょう

松本 コミュニケーションの手段として、言葉を上手に使うためには、カウンセリングの技法を取り入れることも一つだと思いますが、日常的にできる練習、あるいは心がけることは何かありますか？

大森 最近は、形容詞が使えない大学生が増えているように思います。親子間で使われていないから知らないできているのでしょうか。形容詞は、心情を表現するものが多く、良い形容詞をたくさん使うことが、情操を養うことにつながるのではないのでしょうか。

松本 なるほど。言葉に形容詞を入れて使うことで、たとえば、「花がある」というよりも「きれいな花がある」と言えば、それを聞いている相手もきれいだと思えば「本当にきれいだね」と共感的な思いがそこで生まれますね。形容詞が使えることで、相手の心や自分の心がより見えてきますね。早速日々に取り入れるようにしてみます。本日は、本当にありがとうございました。



# Schooling Report



## 沖縄初開催に参加して

受講生 安次嶺 リサ さん

私は妊娠・育児をきっかけに自然療法に興味を持ち、アロマセラピーとチャイルドケアを生活に取り入れています。今回沖縄でのスクーリングがあることを知り、松本美佳先生に直接お会いできること、仲間に会うことができるチャンスだと、とても嬉しく思いながら参加しました。

ビギナー編は、子どもの取り巻く環境や自然療法についてのお話とチャイルドケアの基本的な考え

方を学びました。現在の私たちの周りには化学物質が多くあります。しかし、人は地球から生まれ、自然を感じながら生きているからこそ、自然を大事にしてほしいということや、親子で楽しみながらふれあうことで愛情を育み、心を共有しあうことがチャイルドケアであるということなど、先生の経験談をふまえたお話は、テキストの奥にある大切な部分であると思いました。

スキルアップ編では、チャイルドケアを伝えていくにはどうすればよいのかの具体的なお話でした。一番印象に残ったのが、「とにかく行動しましょう！」という言葉です。頭で考えているだけではなく、まず、行動を起こして、たとえ失敗してもそこから学ぶものがあるということ、そして、一歩踏み出す勇気を持ちましょうということです。とにかく、私たちは人に何かを伝えるとき、行動を起こすときは防衛する心が働きがちですが、人としてどうあるべきか、自然に手をさしのべられる子に育てるにはどうするべきか、そして普通のお母さんにできることはたくさんありますと、私たちに励ましてくださいました。

オイルマッサージの実習では、心地よいマッサージのコツをつかみ、昼食では参加された皆さんとの交流もでき、あっという間に時間が過ぎ、大満足のスクーリングでした。そして、もっと先生のお話が聞きたい、できれば合宿などしながらたっぷり時間があればな～！と思いました。一人一人ができることからコツコツとチャイルドケアを広め、周りが笑顔でいっぱいになったら素敵だなと、心がほわっとしたスクーリング参加になりました。



# Nagoya



## 3回目のスクーリング参加

### CCC 三井 里佳 さん

受講中の頃から、名古屋でのスクーリングに毎回参加し、今回で3回目となりました。参加するきっかけは、地元での開催は地理的にも良く、さらに土曜日ということもあり、主人に子どもたちを見てもらえる環境が整い、実習レポートを仕上げる参考になればという思いからでした。

参加前は、どんな内容なのか、期待と緊張でドキドキしていましたが、テキストの中味をより詳しく深めることができる内容だったので、「あの絵本のようなテキストには、こんなにも濃い内容が隠れていたのか!!!」と驚き、再発見して感心しました。

2回、3回と参加するにつれ、いつも新たな発見

があり感動しています。

そしてそのたびに私自身が元気になるのです。スクーリング終了後は、早く家に帰って子どもたちを抱きしめたい気持ちでいっぱいになります。たくさんの「愛情パワー」が湧いてきて周りにいる子どもたちを元気にしてあげたい気持ちになるのです。

そしてもうひとつ、スクーリングでの楽しみは、たくさんの出会いがあることです。いろいろな情報が聞けるチャンスや、どんな人と知り会えるだろうというワクワク感があり、スクーリングが待ち遠しくなるほどです。次回秋の名古屋会場で、皆さんにお会いできることを今から楽しみにしています。ぜひお気軽にお声をかけてくださいね！

# Fukuoka

## 5回目のスクーリング参加

### CCC 岡本 亜由美さん



チャイルドケアを始めてから3年ほど経ち、娘たちも6歳と2歳になりました。日々の生活にアロマやハーブを取り入れていくうちに、身近な人に伝え何かお役に立てればと思い、

お友達のお母さんたちを交え、アロマやハーブなど親子で楽しみながらできる育児のお話しをする機会が増えました。

そんな私は、毎回欠かさずスクーリングに参加しています。活動していると、つい目の前のことに必死になり原点を忘れがちなので、スクーリングはチャイルドケアの原点に戻り再確認する場にもなっています。小さい子どもを預ける場所がなくて参加し

づらい方も多いかと思います。スクーリングでの託児スペースの実現は今後のテーマですが、隣席での参加もできるんですよ。

年に数回しかないスクーリングはとても貴重な時間で、独学では学べないことがたくさんあります。また、多くの人が集まるので、活動している人の実話を聞くことで、今後の自分の目標も見えてきます。今までとはまた違った角度からチャイルドケアを見つけることができると思います。

私は、CCCグループの「野いちごクラブ」を立ち上げ、子どもだけでなくお母さんも含め地域や産院などでケア活動をしています。難しく考えず、小さなことから少しずつ伝えていきたいと思っています。お友だちも増え、その出会いがきっかけで活動が始まることや、活動範囲が広がることもあるんです。皆さんも一度、スクーリングに足を運んでみませんか？

# CLOSE UP

## 自分らしく、できる範囲で チャイルドケアを伝えていきたい。

CCI 加藤 佐江子さん（岐阜県在住）

昨年行われた第1回CCI試験に合格され、先日行われた名古屋のスクーリングでは、アシスタントとしての主宰する側の立場でスクーリングに参加していただきました。スクーリング終了後に、CCIとしての夢と希望が膨らむ加藤さんに、今回の感想や抱負を聞か

せていただきました。

今後、CCI加藤さんには、お住まいの近くでチャイルドケアスクーリングピギナー編の開催に向けて力をつくしていただきます。開催が決まりましたら、ぜひ足を運んでください。（聞き手：チャイルドケア本部）



というものの違いをはっきり感じました。皆さんの熱心な受講する態度を拝見して、私の方が緊張してきました。

本部 たとえばどのようなことですか？

\*加藤\* 私もそうだったのですが、松本先生のお話にくんくん引っ込まれている皆さんの様子を見て、先生のパワーをより感じました。そして同時に自分が同じことができるのかどうか不安になりました。

受講後その話を先生にすると「加藤さんは加藤さんのスタイルで広げてもらっていい、加藤さんらしくやってくださいね。」と言われ、自分らしさは何だろうと思ったりしました。でも、できることをすればいいのかな？と思えるようになりました。

本部 ところで、話が戻りますが、まず、加藤さんがチャイルドケアにご興味をもった理由をお聞かせください。

\*加藤\* アロマを勉強しようと思った時に、チャイルドケアがあることを知りました。その後、チャイルドケアを学んで、今までの自分の人生を振り

本部 まずは、CCI合格おめでとうございます。そして最初のアシスタントのお仕事お疲れ様でした。

今回は初めてということもあり、具体的なお手伝いをお願いしたわけではありませんでしたが、本日の感想をお聞かせください。

\*加藤さん\*（以下敬称略）通常の松本先生のスクーリングを、また違った角度からとらえることができました。自分の席が講師の横にあり、そこから先生の話聞くスタイルで過ごしました。

いつも自分がいた受講側の立場と講師側の立場



返ることができたり、環境、自然にも目を向けられるようになりました。

本部 加藤さんは、スクーリングにも積極的に参加され、1年間で3回も受講されていますね。ピグナー編もいつも受けられていますね。

\*加藤\* とても良い話を聞くことができ、心に響くものが毎回あります。直接お話しをうかがうと、テキストや本だけでは味わえないことも多くあり、参加できるときは、参加しようと思っています。

松本先生のお話は共感する部分が多く、私も頑張ろうと思える自信につながりました。自分のためだけではなく、たくさんの人たちに伝えたいと思えるようになり、CCIを目指すきっかけになりました。

本部 加藤さんにとって、チャイルドケアの魅力はどんなところにありますか？

\*加藤\* 知れば知るほど奥が深いということです。そして、普段の生活の中にすべてとりいれることができるものであること。そして、難しくはなく、誰にでも手軽にできるところがとても良いのだと思っています。



本部 加藤さんのCCIとしての抱負はありますか？

\*加藤\* CCIを目指していた時の気持ちを忘れないで、自分のできる範囲で、チャイルドケアを伝えることをしっかり頑張っていきたいと思っています。また地元でも他のCCCの方と協力しながら、スクーリングだけではなく、イベント開催などの実現に向けて取り組んでいこうと思っています。

CCCとしては、産婦人科で、チャイルドケアとリトミックのセミナーを開講予定をしています。CCIの活動とCCCとしての活動、そして本職の保育士としての仕事と柱が増えましたが、それぞれに良い影響をもっていけるとと思っています。

まだまだ、勉強中ですが、できることから少しずつ頑張っていこうと思います。

本部 CCI加藤さんの活躍する日が楽しみです。期待しています。ありがとうございました。

## CCI 加藤佐江子さんからのメッセージ

### 「名古屋でも親子イベントをやってみたい!!」を実現しませんか？

スクーリングが定期開催になった名古屋でも、親子イベントもできればと以前から思っていたところ、先日参加したスクーリングで知り合った方と意気投合し、具体的に企画を膨らませようと思っています。そのための一歩として、この夏から打ち合わせをしていこうと計画しています。親子イベントの開催には、5人ほどのCCCの仲間

が必要です。資格を取得しているけれど、なかなか活動ができないという方、まずは一緒にイベントの開催に向けて一緒に活動してみませんか？ 私たちも不安なこともあります、皆さんの力が集まれば、きっといい形で実現できると思っています。皆さんの声が集まり、スクーリングも定期開催になりました。次は、東京に続いて親子イベ

ントの実現を目指しています。メールでも電話でも、ぜひお声を寄せてください。皆さんと一緒に名古屋での親子イベントを、実現させたいと思います。

CCI加藤佐江子さんの連絡先  
携帯：090-8550-1706  
携帯メール  
saeko\_kato@c.vodafone.ne.jp

## 子どもと一緒に何かを“感じよう”!!



## 受講生 兼松 早苗さん

神奈川県横浜市在住。恥ずかしがり屋だけど  
しっかり者の長女と、くしゃくしゃ笑顔がかわ  
いくおてんばな次女の子育て真っ最中です。

チャイルドケアをはじめて1年半が過ぎました。長女が5歳の時、一時私と長女の間でコミュニケーション不足になり、その方法をいろいろ探して出会ったのがチャイルドケアでした。チャイルドケアを始めるにあたって、「子どもと一緒に楽しんでやろう!!」と決めていたので、子どもと一緒にその日の気分で芳香浴をしたり、ハーブティーを飲んだり、手浴や足浴をしたり、マッサージしたり.....と楽しんでいます。また時間がある時は、アロマせっけんを作ったり、子どもたちの成長の記録にと手型・足型を取ったりしています。

チャイルドケアを始めてしばらくしてから、長女は私と一緒に何かを“感じる”ことが“嬉しい、楽しい”になり、今までの長女のストレスの素が、時間に追われて生活していた私にあることが分かりました。「お母さん元気 = 子ども元気」なんですね。「チャイルドケア」= “お母さんのケアから”を、身をもって体験しました。

また、長女が1歳になった頃から、毎日できるだけ夜寝る前に絵本の読み聞かせをしようと心がけています。以前、スクーリングで松本先生が「絵本はやさしい言葉の表現がたくさんあります。」とおっしゃっていました。その通りなんです。絵本を読む直前まで怒っていても、読み始めるとやさしい言葉がたくさん連なっていて、“子どもが大好きなやさしいお母さんの声”になっているんです。我が家ではそんな“やさしいお母さんの声”を聞きながら眠りにつくのが日課になっています。また、絵本は絵と文

字を通して思いやりの大切さ、命の大切さ、夢を持つ楽しさ、冒険したときのワクワク感、一步前へ踏み出す勇氣.....など、お父さんお母さんたちが教えた、たくさんのことが子どもに分かりやすく詰まっているのだと気が付きました。

読み聞かせには月齢がないので、始めは全く聞いてくれず邪魔ばかりして遊んでいても、絵本を読むお母さんのやさしい声に分かるようになれば、絵本の内容が分からなくても興味をもつと思います。ぜひ、皆さんも「子どもが小さくて分からないから...」と諦めず試してみてください。絵本のやさしい言葉で、お母さんも癒されると思います。

ある時、実習レポートの提出に戸惑い、スクーリングに参加しました。松本先生のお話で、“いのち”のすばらしさ、愛しさ、自然からたくさんの恩恵を受けて誕生し成長したのだ、と思い知らされ、過去のこと走馬灯のように甦りました。活字では分からない生の感動がありました。何気ない毎日、何気ない会話の中にたくさんのチャイルドケアがある!! ことを心に留めて、私は娘たちと一緒に自然を感じて“いのち”を感じて育児 = 育母したいと思います。そして、娘たちには私たちや周囲の方々の愛をたくさん感じて、お友だちや命あるものにたくさんの愛を注げるよう成長してほしいと願っています。娘たちがお母さんになった時、チャイルドケアを思い出し、実践してくれたら.....と思います。

子育てにはマイナスイメージがついてまわりますが、マイナスをプラスに変えられる育児 = 育母精神で楽しく子育てしていきましょう!

## 家族とともに

## ccc 内藤 博子さん

長野県上田市在住。最近CCCを取得し、この6月にはアロマコーディネーターの受験予定。趣味は料理、染色、銀細工、子育てと、不器用ながら頑張っています

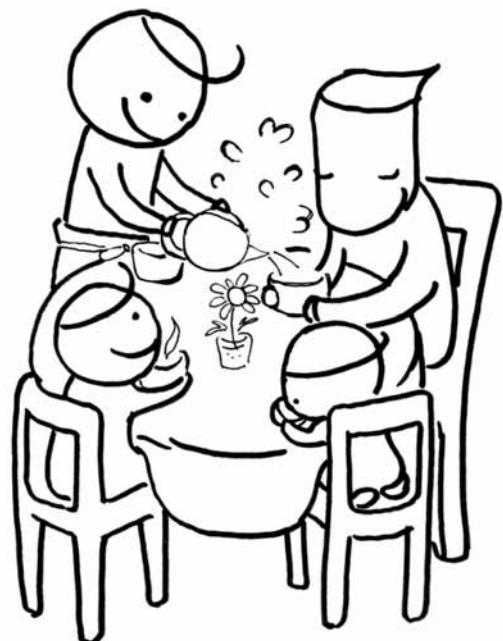
私とアロマセラピーとの出会いは、主人がストレスで体調を崩したのがきっかけでした。それまで独学でしたが、息子の保育園入園で少し余裕ができたので、基礎から学ぼうとアロマコーディネーター講座と一緒に、チャイルドケアの勉強を始めました。よく考えてみれば、とても自然で当たり前のことなのに、それをすっかり忘れて狭い視野で子育てをしている自分に気付かされたり、ハーブティーの課題はいつのまにか子どもよりも私が夢中になっていたり、とても新鮮に感じたのを思い出します。

チャイルドマッサージは、今では歯みがき、絵本を読む、に続くおやすみ前の習慣になりました。翌日自分の仕事があると「早く夕食を食べさせてお風呂に入れて……」と慌しいのですが、パジャマに着替えたその後は、息子の体に触れ、親子で話しをする幸せで大切なひとときです。息子は生まれた時からよく熱を出し、ひどい時は保育園を半月休んだこともありました。そのたびに仕事をどうしようかと頭を抱え、勤務を代わってもらったり、慌てて市の病児保育に預ける手続きをしたりしました。最近は身体も随分丈夫になってきましたが、それでもアレルギーがあり週に一度は病院通いです。また現在、第二子を妊娠し、肌の乾燥に悩んだりお腹も重くなったりと変化する自分の身体と仕事や家事、育児のバランスの難しさを日々感じます。

でもきっとこれは、世代を超えて世界中のお母さんたちみんなが感じてきたことなのだろうと、そしていつかの経験もきっと役に立つと信じています。お陰さまで主人も今では体調も良く、以前からの習慣

で毎朝私がブレンドした精油をしみ込ませたハンカチを持って出掛けていきます。朝の忙しい時間ではありますが、一番近くにいる家族が、私のアロマを必要としてくれているのはとても励みになります。結婚や子育てを通して、生活の大切さを今まで以上に感じるようになりました。

主人も私も学生時代にインドを旅してハーブやスパイスが大好きです。先日「また旅行に行きたいね」という会話の中で、肌の弱い主人がインド滞在中だけは全く湿疹が出なかったという不思議な話を聞きました。次は、アーユルヴェーダと、学びたいことが増えてしまいそうです。まだまだ先は長そうですが、家族とともにマイペースで歩んでいきたいと思っています。



# 仙台、沖縄に引き続き、 広島でもスクーリングが 開催されます

中国地方の皆さん、お待たせしました!! 現在、定期開催しているスクーリングのほかに、一昨年行ったアンケート結果により、要望が多かった地域から特別スクーリングを開催しています。名古屋、仙台に引き続き、今年は、すでに沖縄でのスクーリングも開催し無事終了しております。今年は、さらに広島での開催を予定しています。中国地方においても初開催となります。

ただし、参加者が20名に満たない場合には、中止となり、今後のスクーリング開催予定地域候補から外れます。3月に開講された沖縄スクーリングでも大きな反響があり、次年度に向けて、継続開催予定地域になりました。また、昨年に初開催された仙台でも、引き続き7月12日(土)に開催を予定しています。

年に2回開催地域は、現在東京・大阪・名古屋・福岡となっていま

す。年に1回開催地域としては、札幌を予定しております。札幌は、年2回の開催から年に1回となり、来る7月19日(土)に開催しますので、ぜひ積極的にご参加ください。それぞれの地域で、開催を心待ちにしている仲間が待っています。

ぜひ、地域開催をきっかけに交流を図ってください。

## 9月20日(土) 広島にてスクーリング初開催!

会場 ブルーウェーブイン広島

### CCI 高西 公美子さん

連絡先 080-3199-6622

E-MAIL marjoramramhot@h.vodafone.ne.jp



私はこの春、大阪から広島へ転勤して来たのですが、広島での初スクーリングを今から心待ちにしています。転勤族でいろんな地域をめぐることが多いので、その土地の特徴をいつも感じていますが、

広報誌や冊子などを目にする、育児サークルなど子どもに関する記事がとても多く、アロマと名がつく学校やサロンも多くあり、学校のPTAや地域活動もとても盛んなことにびっくりしました。シルバー世代のボランティア活動、子育て支援や教育などに意欲的な地域という印象を感じながら

新生活を送っています。そんな広島でのスクーリングは、講座受講の有無にとどまらず、地元の方々にチャイルドケアの良さを広める絶好のチャンスになるのでは.....と思っています。

地方に住んでいた頃はなかなか足を運べなかったのですが、大阪に越したことで、スクーリングに参加することもでき本当に嬉しく思いました。限られた時間の中での内容の濃いお話は、楽しく印象に残るものでした。そして今でも、大阪スクーリングで出会った仲間と情報交換をしています。私みたいに、参加することが難しい方も多いかと思いますが、せっかくの機会を逃さないようにしたいものですね!きっと参加された方おひとりおひとりが、何かを得て帰ることができると思いますし、友達の輪も広がると思います。今回の広島スクーリングを盛り上げることで、今後も定期的に参加ができるようになるかもしれませんし、私も、チャイルドケア・インストラクターになったばかりですので、皆さんと交流をとりながら一緒にチャイルドケアを伝えていければと思っています。

## CCC 栗原 桂子さん

E-MAIL blue-piggy.orange-piggy@docomo.ne.jp

私も、広島でのスクーリングを心待ちにしています！1人でも多くの方とチャイルドケアの輪を広げていきたいと思っています。皆さん、お気軽にお声をかけてくださいね。

## 受講生 矢田 与志子さん（福山市）

E-MAIL ysk529xxx@yahoo.co.jp

携帯MAIL lovesnow.ysk529.xxx@docomo.ne.jp



これまでに2回、大阪でのスクーリングに参加しました。講義の内容はもちろん、松本先生の生きた言葉や会場全体の空気を感ぜられるのはLIVEならでは醍醐味です。通

信講座では得られない生の“チャイルドケア”を皆さんにも体験いただきたいと思います。皆さんとの交流も楽しみにしています！お気軽にメールください。

## 7月12日（土）

### 今年も仙台での開催を 予定しています！

会場 専門学校 アニマルインターカレッジ

## CCC 大沼 和佳さん（山形県酒田市）

連絡先 090-4880-8102

E-MAIL deke-hand.727@docomo.ne.jp

ライセンスを取得してもうすぐ1年になります。CCCグループ「チャイルドケアとうほく」の方とのメールのやり取りをしながら、資格を活かす活動を始める準備をしているところですが、タイミングよく仙台でのスクーリングがあることを知りました。スクーリングは初参加になるので、チャイルドケアをもっと身近に感じ、自分の引き出しを増やせたらと思っています。また、グループの

皆さんをはじめ、東北で活躍されている方や、私のようにこれから何かしたいと思っている方など、情報交換ができれば嬉しいです。皆さんとの出会いを楽しみにしています。

## 7月19日（土）

### 年1回の札幌で 貴重なスクーリングです。

会場 札幌北三条ビル

札幌は、年1回の開催となっています。ぜひ、この貴重な機会を逃さないください。スクーリングは仲間が集まり、情報交換ができる場にもなっています。通信講座では得られないたくさんの出会いと学びの場があります。開催人数に満たない場合には、中止になることがありますので、参加予定の方は、早めのお申し込みください。

## ホームページの リニューアルの状況について

JAAホームページが、先月リニューアルいたしました。それに引き続き、チャイルドケア専用のページも新しくなります。リニューアル告知から、大変時間がかかっておりますことをお詫び申し上げます。

現在、急ピッチで進めているチャイルドケア専用ページは、全体的に大きくリニューアルいたします。従来以上に、コンテンツを充実させ、皆さんが利用しやすいホームページ作りを目指します。夏頃にはアップする予定ですので、今しばらくお待ちください。また、ホームページ作成に関して、CC本部より、受講の声など、協力依頼をする場合もありますが、ご希望の方は、お気軽にお声をかけてください。

なお、現在のBBSは、従来通り利用できます。お友達づくりやご自身の活動紹介などのネットワークを広げるツールとしてご利用ください。BBS内における個人同士のやり取りには、お互いの責任を持って行ってください。本部での責任は一切負いかねますのでご了承ください。リニューアルの詳細は、次号でお知らせいたします。

「岩手宮城内陸地震」被災地の皆さんへ  
地震被害地の皆さんの無事と一刻も早い復旧をお祈り申し上げます。  
災害による講座の教材の紛失等、お困りのことがありましたら、協会までご一報ください。

# お友達募集 コーナー

## 広げようチャイルドケアの輪

ホームワーク講座でも、友達や仲間を作って、  
ともに励ましあっていきませんか？

CCC 和田 真奈美さん（長野県上田市）

連絡先 090-4153-3668

E-MAIL m4153668@ezweb.ne.jp

私はヨガ教室を開いています。産前・産後のママが多く、  
マタニティクラスから産まれた赤ちゃんたちにかこまれ、  
にぎやかなレッスンをしています。

マタニティブルーや産後うつなど、ママたちのメンタルな  
トラブルの相談も多くあります。「もっと気楽に、力を抜いて～！」と、  
子育てを楽しんでいただける体づくりを提案しています。アーユルヴェーダも  
勉強中で、チャイルドケアと合わせてご自身の体質ケアをすすめています。

去年のスクーリングは  
とても楽しく参加させて  
いただきました。長野方面でもスクーリングが  
開催できればと思っていますので、お近くの方、ぜひ  
ご連絡ください。一緒にチャイルドケアを広めて  
いきましょう。



受講生 辻郷 澄子さん（長崎県西彼杵郡）

連絡先 095-882-5339

E-MAIL sumi3@crocus.ocn.ne.jp



私には子どもが3人いますが、既に成人しています。私が、チャイルドケアについて知ったのは3年近く前のこと。地方新聞に掲載されていた産婦人科でのベビーマッサージの記事が、なにか心

惹かれるものがありました。いざ勉強を始めると、身近に小さい子どもがいなくてレポートを仕上げるのも大変でした。その折り、私の甥に赤ちゃんが生まれたこともありマッサージをさせてもらいました。すると、その赤ちゃんが手足を活発に動かして喜んでいるように感じました。改めてスキンシップの素晴らしさを感じた瞬間でした。

これから、若いお母さんと赤ちゃんのためにお役に立ちたいと思っているのですが、どこからどのように何をしようか、きっかけが見当たらずにいます。長崎の近隣で活動していられる方、情報をいただけないでしょうか？また、同じようにこれから一歩を...とあっていらっしゃる方、お友達になりませんか？ともに勉強できたら...と思います。少しでも子どもを取り巻く環境がよいものとなるように願っています。

### このコーナーの使い方

受講中の方をはじめピーカーブーがお手元に届く全てのMC会員の方が、このコーナーをご利用できます。

例えば.....

スクーリングに参加する機会が持てない方 お住まいの近くで仲間を作りたい方からのメッセージコーナーとして、あるいは、

CCCグループの立ち上げの呼びかけ CCCグループ活動の参加呼びかけ スクーリングの託児ボランティアの呼びかけ JAA主催「親子イベント」開催のためのボランティアスタッフの呼びかけ

などなど、個々で行っているチャイルドケアから、仲間で行うチャイルドケアへ、全国にチャイルドケアの輪を広げていきましょう。随時ピーカーブーに掲載いたします。

### 投稿方法

下記の内容を記入のうえ写真を添えて、郵送にてご投稿ください。  
種別（受講生 / CCC / CCI） お名前 自己PRとメッセージ  
公開可能な範囲の連絡先（住所・TEL・FAX・携帯・携帯メール・PCメール）

<あて先>

150-0001 東京都渋谷区神宮前1-15-15 原宿佐野ビル2F

日本アロマコーディネーター協会 CC本部「ピーカーブー」係

投稿後、CC本部より掲載についてのご連絡をいたします。連絡可能な連絡先と時間帯をお知らせください。

紙面掲載の最終確認をしていただき、ピーカーブーが届くのをお待ちください。

次号ピーカーブー（10月発行）の投稿締切 / 2008年9月10日（水）まで

締切以降の応募は、次々号（2月発行）の掲載になります。



東京

## 夏休み親子イベントのお知らせ

# ふれあいとタッチ!でスキンシップをしよう!

8/21(木)カルチャーキューブ渋谷校

親子イベントは、CCCによるボランティアスタッフに協力いただきながら、「親子で一緒に楽しむ」をコンセプトに企画しています。今夏は、0歳～3歳児を対象にしています。

時間帯	対象年齢	定員	費用
13:00～14:30	0～1歳未満	15組	4,000円
15:00～16:30	1～3歳まで	15組	4,000円

MC会員(受講生含む)限定となります。  
お子さんが2人以上になる場合は、別途500円を当日徴収いたします。  
詳細は、当日のお楽しみとなります。

### 親子イベント ボランティアスタッフ大募集!!

親子イベントは、CCCのボランティアスタッフの協力があって開催されます。ボランティアスタッフは、参加された親子のサポートや誘導を行う運営側にまわり、チャイルドケアを違う角度からとらえることができます。事前の打合せがありますので、初心者

でも無理なくこなせます。既に活動されている人にとっても、アイデアが広がるいい機会になると思います。ぜひ、この機会にイベントに携わってみませんか?希望される方は、本部にご連絡ください。

### 【親子イベントの規定事項】

毎回告知する定員数の50%に満たない場合は、開催を見送ります。  
CCCの有志(CCCボランティアスタッフ)が、4～5名に満たない場合は、参加人数が多くても開催することができません。  
他会場での親子イベントの予定は立っておりません。ただし、CCCの有志が、ボランティアスタッフとしてのお申し出があれば開催を検討いたします。

## 第3回CCIライセンス認定試験日程とスケジュール

第3回CCIライセンス認定試験の日程が決まりました。希望者は、下記の日程で受験手続きを進めてください。尚、受験資格、試験内容等は、ガイドブックを参照ください。

	大阪での面接試験の場合	東京での面接試験の場合
受験願書 請求期間	9/1(月)～9/28(月)まで	9/8(月)～10/6(月)まで
受験手続き 締切日	10/3(金) 厳守	10/10(金) 厳守
筆記試験問題 自宅到着日	10/10(金) 到着	10/17(金) 到着
筆記試験・企画書 提出締切	10/27(月) 消印有効	11/3(月) 消印有効

### 受験手続きと受験の流れ

ガイドブック最終ページ「受験願書請求用紙」を手続き期間中にFAXします。(郵送可)  
願書到着後、締切日までに手続きを行ってください。協会より、筆記試験の問題用紙と面接試験の詳細を指定日郵便にて送付いたします。  
筆記試験と企画書は、提出締切日までにご返送ください。  
面接試験は、指定会場にお越しください。

### 面接試験 日程・会場

大阪  
11月23日(日)16:30開始予定 カルチャーキューブ心齋橋校  
東京  
11月30日(日)16:30開始予定 カルチャーキューブ渋谷校  
受験料  
21,000円 (認定料含む)  
合否発表  
各会場とも面接試験日の約1ヶ月後。合格者には認定証及びCCI規約を送付いたします。

### ピーカーブNo.18のお詫び

前号メンバーズメール掲載の長尾美佳さんの文章編集の際、最初の文面と大きく異なり、本来、長尾さんが伝えたかった内容とは違うものになってしまい、大変不愉快な思いをさせていただきました。この場を借りてお詫び申し上げます。また、そのお気持ちを正直にお話しくださったことへの感謝と同時に、これらを真摯に

受け止めております。今後においては、双方の十分な確認のもと文章編集を行うことを約束し、今まで以上に、皆さんから寄せられた思いを尊重したうえで会報誌の作成に全力を注いで参ります。今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。  
尚、長尾さんは現在、子供の広場で指導員としてお仕事をされています。今後のご活躍をお祈りいたします。

# 2008年下半期スクーリングスケジュール

年1回開催 仙台 7/12(土) 札幌 7/19(土)  
定期開催 東京 10/2(木) 11/30(日)  
名古屋 10/4(土) 大阪 11/23(日) 福岡 12/6(土)  
初開催 広島 9/20(土)

## 【ビギナー編】(2H)

チャイルドケアで伝えたい「7つの基本コンセプト」を中心とした講義で、受講中の方や、これから受講を始める方にもお勧めです。基本概念をしっかり習得するために、何度も参加することができます。

時間 / 10:00 ~ 12:00

費用 / MC会員 / 3,000円 JAA正会員 / 4,000円 一般 / 5,000円

## 【スキルアップ編】

テキストの各章を掘り下げ、ガイドブックと併用した内容

スキルアップ (概要) スキルアップ (実習) スキルアップ (実践)

定期開催 / 東京・名古屋・大阪・福岡

内容 / スキルアップ テキスト第3~5章

時間 / 13:30 ~ 15:30 費用 4,000円 (材料費込み)

年1回開催 / 仙台・札幌

内容 / スキルアップ + テキスト第1~4章

時間 / 13:30 ~ 16:30 費用 5,500円 (材料費込み)

初開催 / 広島

内容 特別バージョン 詳細は本誌12・13ページ

時間 / 13:30 ~ 16:30 費用 3,500円

参加条件

MC会員 ビギナー編参加者(1回以上・同日含む)

ガイドブック購入者

当日購入可能 6,300円 事前注文の場合は、代金引換でお届けします。

## 【スクーリング規定事項】

全会場とも参加者が20名に満たない場合は、開催されないことがあります。開催の可否については、開催日の2週間前に最終決定しますが、開催間際の申し込みは避け、できるだけお早めにお申し込みください。

東京会場以外での平日開催は、多数の要望及び今年1年間の参加状況によって検討いたします。

## 【申し込み及びキャンセルについて】

申し込みはお電話にて承ります。申し込み時には、会員番号(受講生番号)が必要となります。

スクーリング費用は、電話申し込み当日か翌日までに、JAA指定口座へご送金ください。また、振込時には、お名前の前に必ず数字の「2」(判別ナンバー)をお書き添えください。

申し込み後にキャンセルする場合は、各会場開催日の1週間前(土・日・祝日、他事務局休業日除く)までにご連絡ください。なお、開催日の1週間以内のキャンセルは、費用の返金はできません。予めご了承ください。

開催日当日のお申し込みはできません。

## 【託児について】

全会場とも同室内での託児スペースの設置を推進しています。但し、これらは、CCCによる有志によって成り立つものです。利用希望の方は、まずは託児スペース

の有無をお問い合わせください。各会場とも開催日より1ヶ月前の時点で決定します。

託児ボランティアに際しては、ガイドラインを目安に行っていただきます。自分の子どもと一緒に、託児スペースを利用しながらボランティアに入ることできます。

同室内であっても講義を受けるわけにはありませんので、スクーリング費用は頂いておりません。

託児スペースの設置がなく、預け先もない場合は、隣席で参加することができます。申込み時に、託児スペースの有無を確認したうえで隣席参加を希望する方は、お子さんの年齢をお伝えください。

## <託児ボランティアの条件>

- ・ CCCであること
- ・ 同内容のスクーリングを過去に1回以上参加していること

託児ボランティアを希望する方は、各会場開催日の1ヶ月前までにお申し出ください。随時募集しております! 詳細や方法などは東京会場での実績を参考にしたガイドラインに基づいております。詳細な内容は、お気軽に本部にご相談ください。尚、託児は、基本的にスクーリングを行う同会場内で行います。託児を希望される方は、完全に預けるということではなく協力しながら受講できる状況になります。双方の協力により成り立つものであることをご理解ください。

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

【振込先】三菱東京UFJ銀行 池袋東口支店 普通 1920305 日本アロマコーディネーター協会  
ゆうちょ銀行 00170-4-122869 日本アロマコーディネーター協会

## 合格おめでとうございます

今回63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。

一井 志保 / 守下 聖 / 児玉 恵理 / 玉置 美奈子 / 永田 瞳 / 山口 薫 / 今野 真由美 / 平田 由紀子 / 小林 仁美 / 奥村 真奈美 / 増田 実佐子 / 土田 美保 / 高山 智美 / 横田 麻衣 / 川上 彰子 / 中原 亜実 / 村田 ひとみ / 松下 さおり / 関 貴子 / 佐伯 香織 / 林 祐子 / 小野寺 志乃 / 竹山 美帆 / 長尾 浩子 / 古宮 尚美 / 三木 咲枝 / 小川 潤子 / 野間田 初美 / 林 優子 / 深津 理香 / 前田 智巳 / 渡邊 真理子 / 薄根 佳子 / 伊藤 久子 / 案浦 美鈴 / 上谷 早苗 / 磯貝 千草 / 鈴木 圭子 / 坂田 江麻 / 鈴木 峰子 / 佐々木 忍 / 樺山 亜希子 / 山口 由紀子 / 前田 まさよ / 菊地 美江 / 藤岡 純子 / 高橋 牧子 / 内藤 博子 / 岩角 美伸 / 太田 弘美 / 山口 由美子 / 服部 奈美 / 田中 淑子 / 安田 安希子 / 牧 希美江 / 鈴木 春那 / 井上 由樹子 / 田辺 智子 / 小椋 千春 / 崖 ひとみ / 妻鹿 綾子 / 高橋 明子 / 小川 知子 (敬称略 / 2007.11/1 ~ 2008.6/1付)

## マザーズクラブ(以下、MC)会員制度について

MCは、受講同時に自動登録され(受講期間中のMC年会費は免除)会報誌「ピーカーブ」の講読、チャイルドケア・スクーリングへの参加優遇、会員同士の交流など様々な特典を受けることができます。また受講期間終了時に更新を行うことで、引き続きMC会員としての特典を受けることができます。現在受講中で下記の受講番号に該当する方は、3月上旬にMC会員更新の書類を郵送いたします。

AC06-5、AC06-6、AC06-7、AC06-8、AG06-5、AG06-6、AG06-7、AG06-8、AL06-5、AL06-6、AL06-7、AL06-8、C007-5、C007-6、C007-7、C007-8

ピーカーブの誌面にご登場され、特にご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

## チャイルドケア本部

〒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

MC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