体裁や言葉に 惑わされない

真実



を知ること

ここ20年くらいで洗剤の種類は、山のように増えました。キッチンだけでもコンロ用、換気扇用、食器用、お鍋用、ガラス用、食洗機用などあります。さらに最近は香りが加わり、その種類にあきれてしまいます。見慣れてしまえば、当たり前の光景ですが、あえて疑問を持てば、とても不思議に思えるものです。確かに昔と違い、生活様式も変わりました。汚れの内容も違うのかもしれません。それでもこんなに洗剤が必要なほど汚い生活をしているわけではありません。そして、きれいに洗うのは洗剤じゃなくて、洗う側の技術と手間だということを忘れていることに気づかなくなっているのです。

洗剤の容器に書かれている内容をみれば、キッチン用も住居用もさほど変わらなかったりします。汚れの原因、その質、落とし方、この3つの知識を知ることで洗剤は不要なこともあります。知識を持てば、知恵となり、応用が身につき、自然にモノは減るものです。

私たちは、いつの間にか、汚れを落とす真実よりも宣伝広告のうたい文句に反応してしまい、使うことで満足し、安心を得ている傾向があります。もちろん企業はそれを狙っているから多額の広告料を使ってコマーシャルするわけです。厳しく言えば、コマーシャルをしているから

良い製品とは限りません。

また、世の中がノロウイルスやインフルエンザへの感染の恐怖をあおるために、必要以上に抗菌、除菌に振り回されているように思います。もちろん清潔を保つことは大切ですが、「抗菌」「除菌」という言葉が入っていれば安心している傾向もあるようです。

私たちは、経験不足がゆえに、五感で感じる安心感が欠落してきています。そのために、言葉で知識的に理解し、精神的に満足させているのです。実態は確かめられなくても「抗菌」とついていれば安心します。不潔にしていれば、抗菌作用があったとしてもあまり役立つものとは言えるものではありません。言葉に頼って、怠惰になってはいませんか。

昔は、食器ふきんやお膳ふきんなどは、鍋に入れて煮沸して清潔を保っていました。でも今は除菌できる洗剤を入れて終えられているのではないでしょうか。 私は余計な化学用品を使うことに違和感があるので、昔ながらに鍋に入れて煮 沸しています。まな板にも熱湯をかけます。それで十分です。少し手間はかかりますが、その分の安心感は得られるものです。手間はかかっていますが、面倒ではありません。余計な化学薬品は使わないので、肌にも安心で、不要な水も使わず、排水にも安心です。でも熱湯の成分には抗菌成分は入っていませんから、不安という方もいるのかもしれません。

モノがあふれ、情報が氾濫し、私たちは自分たちで選択したり、排除することがとても下手になっています。本当に必要なことは何かをもう一度考えていくことです。

無意識に使っているものは、「本当に必要ですか?」無意識を意識的に考えてみるだけで、生活が見直されることでしょう。体裁や宣伝文句、言葉に惑わされず、「真実」を忘れないようにしたいものですね。手間をかけることを大切にしていきましょう。

チャイルドケア講師 松本 美佳



日本の風

日本には古くから様々な風習やしきたりがあります。しか、年々、その風習やしきたりを行うことも薄らいできました。最近は、風習の意味をとらえずに季節の行事として形だけが辛うじて残っていることも少なくありません。また、ハロウィンやクリスマス、イースターなどの西洋の風習も認知され、取り入れられることがありますが、それは、ほとんどイベントとしてどがありますが、それは、ほとんどイベントとしてとがありますが、それば、ほとんどイベントとしては、楽しみだけが取り入れられているようです。 風習とは、それぞれの土地ごとに存在する社会生活上のならわしのことです。人々が長年にわたって伝えてきたもので、地理、歴史、それぞれの地域の産業などによっても異なることもあります。そして暦と密接に関係し、自然との関わりをもちながら、生きることを真摯に受け止めていくため関わりをもちながら、生きることを真摯に受け止めていくための知恵であり、戒めであり、願いを込めたものです。

の行事として表面的に過ごされてしまうのは実に惜しいもの

風習には、先人たちの知恵が多く秘められています。ただ

です。今回は、そんな風習についてお話したいと思います。

さまざまな風習

風習には、さまざまなものがあります。法律で決まっているわけではないのですが、いわゆる一般的に常識とされているような、冠婚葬祭などのしきたりやマナーも風習といえます。しかし、異文化が織り込まれる時代ですから、常識も多様化し、略式化されたり、緩和されたりすることで、当たり前とされることにも変化が起こっ

ています。

こうした風習は、学校で教わることではなく、家庭で受け継がれていくものですが、やはり核家族になったことで伝統文化、しきたり、マナーなどの希薄が加速しているのでしょう。

また、暦に合わせて自然と生活を見直すという習慣もあります。お正月のおせち料理には、ゲン担ぎをするものも多くあり、一年の健康を願うものです。お正月から7日目の人日は、春の七草がゆを食す日です。本来の意味は、若菜を摘み、その若く新しい気を取り入れることで、病から逃れ、厳しい冬の季節を乗り切ろうとしていたのです。この七草には、それぞれ薬効があります。まだ薬効成分なども明確ではなかった時代ですが、人々の経験で培った自然療法であったといえます。今では、豪華なおせち料理を食べた胃を休めるための習慣にされるなど、自然環境と生活状況が見合った風習といえるでしょう。

そのほかにも誕生日だけではなく、子どもの成長をお祝いする風習も数多くあります。お七夜、お宮参り、七五三、成人式など子どもの成長を祈願するものです。生きるのが大変だった時代。子どもが無事に成長することは、お祝いであり、お祭りだったのです。

私たちは生きていくうえで、さまざまな人生の節目を迎えます。いずれは老いていきます。60歳になると、還暦を迎えます。還暦とは、干支(十干十二支)が一巡し、起算点となった年の干支に戻ることです。本卦還り(ほんけがえり)とも呼ばれ、赤いちゃんちゃんこなどを贈ってお祝いするのですが、これは、「赤ちゃんに還る」という意味と、赤色は魔よけの色ということから、生まれ変わった気持ちでますますお元気で過ごしてほしいという願いを込めているのです。そして、それ以降は、古希、喜寿、傘寿、米寿、卒寿、白寿とその永らえる命をお祝いします。

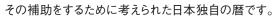
四十四節気と風習

二十四節気は、太陰暦を使用していた時代に、季節を表すための工夫として考え出されたものです。一年を二十四に等分し、その区切りと区切られた期間とにつけられた名前です。現在でも季節の節目を示す言葉として使われています。

古代中国では太陰暦が利用されていましたが、太陽の位置と無関係のために、暦と季節にズレますが、 二十四節気は、毎年同じ時期に同じ節気がくることや

節気の感覚が約15日で一定しており、半月ごとの季節変化に対応できることから、日本でも導入されるようになり、農業の目安として大いに役立っていたのです。

さらに日本は、「雑節」があります。雑節とは、五節句・二十四節気以外の、季節の移り変わりの目安となる日の総称です。農業に従事する人々は、中国で作られた二十四節気では、日本に合わない部分もあるため、



古来の人々にとって、生きることは、「食」を得ることでした。安定した食を得るために農業は大きな支えでした。そのために農作物に関する知恵は大変重要なものであり、暦を利用して、農作業の手掛かりにし、役立てていたのです。だから農作物の実りは、天の知恵からで授かったもの。そのために神様への感謝もまた大切な習慣であり、風習となったのです。

暮らしや生活を 見守ってくれているもの

日本には、太古の時代から数多くの神様が存在し ます。お稲荷さん、八幡さま、天神さまなど、八百万神 と呼ばれるほど、数多くの神様が存在しています。暮ら しの中で私たちが普段感じている神様とは、具体的な 神様のイメージはありませんが、暮らしや生活の中にあ る見えない守ってくれているものというとイメージしやす いかもしれません。宗教観を持たない日本でも、私たち が生きていくうえで、こうした何か見えないけれど、守っ てくれているものの存在として、私たちの中にあるのが 日本の神様のイメージかもしれません。だから、その神様 たちに変わらず見守っていただくためにお参りし、見守っ てもらえたならば、お礼をするわけです。私たちが何かを 祈願したりするときに、普段は行かない神社仏閣に行く のは、昔から伝わる日本の風習だからです。特別なときで はなくても、日ごろ平穏でいられることのお礼をするため にお参りすることも大切なことだと思います。



それぞれの地域、文化による風習

日本は南北に長く、海や山などの自然にも恵まれて おり、多様な風土のため、土地ごとに違った風習も多



ていた風習が、引っ越して違う土地に来ると、全然違う ものであったり、珍しいものだと気づくこともあるのでは ないでしょうか。

希薄化されている風習ですが、見直すとなかなか貴重なものや、ユニークなものがたくさんあります。お正月に食べるお雑煮でも、お餅の形やお出汁、具の違いがありますから、その数はかなりあるのでしょう。不思議なものですが、やはり子どもの時に体験したこうした風習の経験は、大人になっても身に沁みついているものです。私は東京生まれの東京育ちのため、お雑煮のお餅は焼く派です。お出汁も鶏だしですまし汁。主人は、東京の隣の埼玉県の出身ですが、お餅は煮る派で、お汁はしょうゆベースです。お正月は、やはり慣れた味で新年を迎えたいので、結婚した当初はどちらにするのか迷いましたが、今はすっかり住み慣れた東京の味になりました。それでも主人は、自分の実家に帰っていただくお雑煮をとてもうれしそうにいただいています。味を変えようかと提案してみると、いわゆる実家のお

全国のそれぞれの

風



MC会員さんにお寄せいただいた地元の風習です。 皆さんのお住まいの地域にもユニークな風習がおありだと思います。ぜひ、BBSなどでご紹介ください。

Y.Sさん/大阪府藤井寺市

地蔵盆(じぞうぼん)

●時期/8月23·24日頃

毎年お盆の時期にお地蔵さんをお祭



りする行事です。子ど もの名前を書いた提 灯をお地蔵さんの周り に吊します。藤井寺に は、お地蔵さんの数が 10を超えます。野菜 やお菓子をお供えし、 子供たちがお参りにく るとお菓子をもらいま す。子どもたちは、お 地蔵さんを順番に回 り、お菓子を沢山もらって帰ります。 お地蔵さんは、民衆の救済に努めると され慈悲深く、特に子どもを守ると信 じられています。事故などから守って ほしいと願います。



Y.Sさん/大阪府藤井寺市

千日参り

●時期/8月9日

西国霊場の第五番札所・藤井寺では、8月9日の千日会式に参詣すると46000日分の御利益(功徳)があると言われ、多数の参詣者が訪れます。本尊の千手観音像は国宝でもあり、実際に千の手を持っていることで有名です。

S.Oさん/滋賀県長浜市

鯖そうめん 五月見舞い

●時期/田植えの終わる時期

農家にお嫁に行った娘を案じて、実家から嫁ぎ先に「五月見舞い」として「鯖そうめん」を持参しました。今では五月見舞いは他の品物(実用的な物)に代っていますが、この鯖そうめんは日常でも食べられています。「鯖そうめん」とは、焼いた鯖を汁無しの素麺に添えて食べるものです。

湖北にある長浜市は鯖街道があり、昔から鯖が手に入りやすかった為、五月見舞いには重宝されました。

(他の地域にも五月見舞いの風習が 残っている所があります)

H.Tさん/鹿児島県鹿児島市

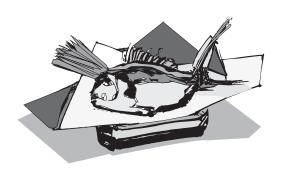
七草祝い

●時期/1月7日

子どもの無病息災を祈る薩摩藩時代からの伝統的な行事。数え年の7歳の子どもは、七五三の時のように着物や

味、おふくろの味、故郷の味を懐かしんでいるだけだからと言います。

風習は、実はとても私たちの育つ環境に関係しているもので、懐かしく温かいものだと思います。情報が増え、ネットワークを介し、全国だけではなく世界が身近になった現代でも、やはり懐かしく温かいものは、生まれ育ったところにしかないのです。風習を見直し、家庭でその意味を大切にしてみると、自然の旬の力や恵みに感謝をすることもできるでしょう。また日常の怠惰な生活を見直したり、元気であることのありがたさに感謝する機会にもなるでしょう。風習は、私たちの生活のけじ





めでもあるのです。そして住んでいる場所に愛着をもったりすることで、郷土愛を大切にする気持ちが生まれるのでしょう。子どもたちにそんな思いを持ってもらえたら素敵です。

また、カレンダーではなく、暦を見てみる生活を取り入れてみてください。もっと季節を感じた生活が取り入れられるでしょう。春はすぐにやってきていることがわかれば、寒さに耐える気持ちも変わるものです。自然と日々の中に自分が存在していることがわかれば、心も豊かになるんですね。ぜひ、お子さんと一緒にそんな生活を見直していただければ、それもまたチャイルドケアになることと思います。

チャイルドケア講師 松本 美佳

袴で着飾り、七草祝の祈願を神社で受けます。その後、親戚の家へあいさつ周りをします。そのときに、自宅から持ってきた空のお重箱に少しずつ七草粥を分けてもらいます。その日の晩は、親戚で集まり宴会が行われます。

N.Nさん/大阪市

恵方巻き

●時期/節分の夜

節分の夜、家族全員揃い、その年の恵方に向かって一言も喋らず太巻きを食べます。古くは、江戸時代〜明治と言われ、一度廃れたようですが、昭和50年頃、大阪の鮨組合と海苔組合の販売促進として復活したのが、今の全国的に広がっていったきっかけのようです。



福をまくとか縁を切らないため丸かぶりをすると良いと言われているようです。

R.Oさん /福岡県(八女市)

おてがけさん

●時期/お正月

庶民層に移ってきた久留米藩の習慣からきています。年始のお客様のつまみ物としてお前に出していた名残。 三宝に白い紙を敷いて白米一升を盛り、中央に橙をすえます。その周りに昆布、干し柿、みかん、するめを飾ります。

お正月の朝、おてがけさんに手を合わせて一人ひとり、昆布、干し柿、みかん、するめを持ち帰ります。これらをおせち料理といただくのが元旦の朝の朝食になります。

R.Dさん/青森県津軽地方

虫おくり

●時期/6月下旬

田植えを終えた時期に五穀豊穣と無



病息災を祈願する風習です。

木彫りの竜の頭に、稲わらの胴体で作られた「虫」を若者が担いで、囃子とともに市内を練り歩いたあと、御神火を虫に放ち祈願します。

稲を害虫から守ることを目的に伝わる慣習で、今から250年ほど前の元禄時代に「イナゴ」の大群が押し寄せて稲作が全滅したことから、その対策として、大きな木彫りの竜型の頭に稲わらで編んだ胴体の虫を作り、村中の若者たちがこれをかついで賑やかな囃子とともに村中を練り歩き、五穀豊穣と病害虫、悪疫の退散を祈願したものと伝えられています。

子どものことば、子どもの詩



チャイルドケアホームワーク講座がスタートした2001年から数年間、基礎編にあたるスクーリングでご紹介してきた子どもの詩を改めてご紹介したいと思います。

スクーリングの内容は、もちろん学習に沿った内容を中心にしていますが、スクーリングをスタートした初期の頃は、学習というよりも皆さんの中にある「気づき」を大切にしたいと思っていました。子育ては特別なことではないし、方法的でもなく、とても柔軟性が必要なもの。ツールやアイテムや順番よりも大切な「心」を理解し、学習に取り組んでいただきたかったからです。そして体裁よりも子どもに正直に向き合うことが大切だとお伝えするために、レジメのおまけにさまざまな詩を掲載しました。

「子どもたちの保存法」は、私が未熟児の子どもの育児に神経質になっていた時に出会い、とても大らかな気持ちになり、自分の子育てを見直し気が楽になった経験があります。またその他の詩は、神戸の小学生が書いた詩ですが、これを目にしたときに、体裁は大人にはごまかせても、子どもの目をごまかすことなどできないと思い、子どもにとって正直に素直で向き合える親であろうと心に決めました。

ここ数年は、レジメも変わりこの詩を掲載していたことも 忘れていましたが、10年以上たっても、やはり心打つ子ど もの言葉は、私たちの教えになることに気づかされました。

いつの時代も子どもの目は素直に大人を見ています。子 どもの目に映る私たち大人の姿は誇れるものでしょうか? 子どもに恥じない姿勢を見せていくこともまたチャイル ドケアだと思います。ぜひ参考にしてください。

※子どもたちの保存法以外は、「わたし おかあさんになったら」(理論社)より抜粋~

△子どもたちの保存法

アメリカのレシピ集より作者不詳

広々とした草原ひとつ、 子どもが6人、犬が3匹、

長くて細い小川(できれば岸辺が小石のもの)

子どもと犬を混ぜ合わせて草原に入れ、 たえずかきまわします。

野の花を振りかけ、小石の上から小川を注ぎ、 濃い青色の空で覆って照りつける太陽で焼き

こんがり焼けたら、子どもたちをバスタブに連れて行き、ごしごしこすり、

からだに良いものを食べさせ、お祈りをし、 キスをしてから清潔なベッドにいれてやるといいでしょう。

□おかあさんのこころ

きむら いちお

せんせい ひみつやで おちちはおかあさんのこころ あかちゃんがのんで おかあさんのこころが あかちゃんにつたわる それから おっぱいの心をいっぱいためて こころのおおきい にんげんになっていく そやから おかあさんのこころは ええこころでなかったらあかん



☆おけしょう

いわはま えりこ

おかあさんは ただ、さんぽするだけでも おけしょうして びじんになりたいんだよ 女って おけしょうがだいすきなんだね かおばっかりびじんにしても ぜんぶびじんじゃないと ほんとうのびじんと いわれないのにね

☑おかあさん

なかたに ゆうすけ

うだ なおと

おかあさんは やさしいからおこるんやと せんせいはかいてくれたけど ぼくはちがうとおもいます おちゃわんふきしなかったり かおをあらわなかたったり ほくのもんをかたづけなかったら ごっついおこります おかあさんがそんをするから おこるとおもうんです

₩j そ

ぼくは学校をやすみました おかあさんにうそをついたから です なんのうそかというといえません おかあさんを なかしてしまいました ぼくもなきました おかあさんは

こんなくやしいおもいをしたのは はじめてやといいました ほくはあほでまぬけで ばかなことをしたとおもった ぼくもかなしくて こころがいたい それでもおかあさんは なおちゃんがすきやでと だきしめてくれました もうにどとしません

□おんな

うえの さちこ

おかあさんは
きんじょのおばちゃんたちと
ながいあいだたちばなしをしていました
1じかんぐらい
おはなしをしていました
なにをしゃべっているのかわかりませんが
たのしそうに
けらけらとわらっていました
ほんとうにおんなは
おしゃべりだとおもいます
おかあさんはそのあと
「あぁ いそがしいいそがしい」
といいながら
ばたばたしていました

ひおかあさん

こんな思いやりのない子とは

おもわんかった

ひろい ひろお

きょうもおかあさんはおこっています でもなんでおこっているのかわかりません みんないつもより「はいはい」 といいおへんじをしています



W 私たち、 がんばってます!

加盟校から チャイルドケアを伝えること

本講座も、加盟校制度が構築され、通学でチャイルドケアを受講することができるようになりました。対面式でより親しみやすく、実践的に学べるのが特徴です。 チャイルドケアの輪を広げるためにも益々加盟校の活躍が期待されます。今回は、加盟校を主宰する楠さんの活動をご紹介します。

 CC加盟校 ヒーリングサロン & スクール Aroma daya

 楠 律子

 さん(東京都江東区)

小学5年生と3年生の子どもたちと主人との4人家族です。小学生になってから こそ、就学前の子育ての影響が多分に関係することに今直面し、実感しています。 チャイルドケアを皆で多くの人に伝えて、やさしい社会、環境を作りたいと思います。

ホームページ http://aromadaya.web.fc2.com/ E - mail Cbq08100@nifty.com ブログ http://ameblo.jp/aromadaya/



「加盟校開講」にあたって

●開講のための準備について●

平成 22 年 11 月に第一期の加盟校登録の講習を受けました。そして、翌月 12 月上旬に、地域の子育で支援の仲間でクリスマスイベントを開催することが決まっていましたので、早急にチャイルドケア通学講座のチラシを作成しました。それがきっかけで、お一人の方から受講のお申込みをいただき、慌てての開講準備となりました。といっても、講座全体の準備をしている暇もなく、取り急ぎ申し込み書や、履修票の作成。第 1 章のレジメと宿題を作成。そんな状態での開講となりました。

本来は、しっかり全体の流れを準備してからなのかもしれませんが、逆に背中を押され、準備がはかどったのかもしれません。

届け出関係は、自宅サロンをしていたので、同じ屋号で行っています。講座が開講し、第1章が終わると、授業の反省をしながら、次の第2章の準備……まさに知覚動考での開講でした。

●集客のエピソード●

集客は、自宅サロンをしていたので、サロンブログの中

にチャイルドケア講座についても紹介しました。 自宅サロン を開いたきっかけも、子育て中の女性こそ、自分も大切に して元気なお母さんでいてほしい。 との思いでしたので、 コンセプトはあっていたと思います。

サロンで施術を受けられた方が、講座に興味をもってくださるケースがあります。子育てにマイナスだった気持ちが、癒されることで、前向きに学びたいと思えるようになり、講座を申し込まれています。

また、元々はチャイルドマインダーの勉強をしたいと思った方が、たまたま私のプログにたどりつき、チャイルドケアの学びに魅かれた方もいらっしゃいました。こんな形でご縁があるのが、ネット上の面白いところです。

●授業の様子●

赤ちゃん連れでのレッスンがほとんどですので、赤ちゃんのスペースや、おもちゃなども用意しました。 授乳やおむつ替えも自由に行っていただいています。 講座時間は、余裕をもって 2 時間とっていますが、子どもの状態により、延長又は早めに終了もしています。

授業は、理解しやすいように、私の体験談、失敗談な

どを交え分かりやすくお伝えしています。東洋医学などは、 毎回難しいといわれるので、別に資料も作りました。意識 しているところは、ご自身の気持ちを、気軽に話していた だけるよう、一方的な授業にならないことを心がけ、問い かけています。

●修了生の声●

受講生 U さん (中野区 主婦 & 保育士)

まずは、ハーブやアロマ、マッサージの順番などを知って、覚えなければいけないというとらえ方をしていました。しかし、先生はまず、「知覚動考」。覚えたらまず動こう!

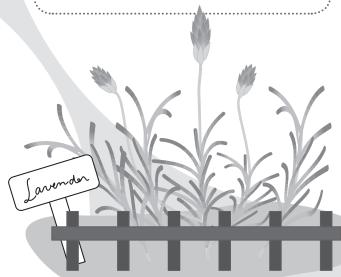
やってみよう!それから考えてみよう!

失敗もたくさん経験した方がたくさん考えられるし、 伝えていけると教えていただきました。 すると、気が 楽になり、楽しんで学んでいくことが出来るようにな りました。

また、「やってみよう」と思った時、ハーブやアロマ、マッサージの効果や効能を考え過ぎてしまい「動こう」をすっぽかしてしまいがちになりました。そのようなときは「愉しむ(たのしむ)!」と先生は伝えてくれました。

「楽する」のではなく、生きる事を自分で活性化し、 生活を愉しんでく事なんだと。

いろいろな事を学んだ上で、考えて、私ができる事は、自分自身がもっと実践をし、経験をし自信を持って、ひとりでも多くの人にチャイルドケアを伝えていく事だと思っています。





受講生Tさん (江東区・主婦)

受講を通じてホームケアの大切さ、何より子どもを 基本としたツールとしてのアロマ、東洋医学を学び、と てもためになりました。

さらにホームケアにとどまらず、ライフスタイルや子 どもとの絆の重要性、家庭力の大切さを改めて考える 機会を得ることができました。

当初嫌がっていたマッサージやハーブティーも、今では子どもの方からせがむようになり、特に長男とはゆっくり話したり、リラックス効果も出てきました。これからも学んだ事を活かし、子どもたちに惜しみない愛情を注いでいきたいと思います。

●今後の展望●

チャイルドケア通学講座は、8回の通学です。1回の単発講座と違い、受講生と講師の間の信頼関係が、大事になってきます。又、「心を育てる」には、一方的な講義では、講師の考えや、言動がかなり影響されてしまいます。これを回避するために、今後自分自身の学びに、コーチング、コミュニケーション、心理学などの必要性を感じています。

通信講座にはない通学講座ならではのメリットをより引き出していきたいと思います。又、講座体系は、現在はプライベート中心ですが、サロンとの兼ね合いもあり、小人数制の展開も今後は考えていきたいと思っています。

スクーリング参加で、パワー充電してます!!

受講生 若月 美幸さん(兵庫県尼崎市)

2歳の息子と初スクーリング、2回目参加時のお腹には授かりたてのいのち (後で発覚)、妊娠5カ月で3回目、愛猫との別れを挟み、8カ月で4回 目、更に生後2カ月の次男と5回目。毎回パワーをいただいています。

何となく軽い気持ちで始めたチャイルドケア…今では生活の土台になっています。受講開始から毎回スクーリングにワクワクと参加し、改めてその土台にたくさん吸収させていただき、時にモミモミともみ返し、日々の心がけとして活かしています。

白湯や石けん、ハーブやアロマから始まる「生活をシンプルにさせること」。余計なものをそぎ落とし、そのシンプルを意識する。声かけやふれあい等の基本的なところに気持ちを込めると愛であたたかくなる。想像力を膨らませること。当たり前の日常をきちんとありがたく感じる。

テキストで「そうだそうだ」と頷いたり、「そうか!」 と気付かされたりしたことをスクーリングでもっと大き く同感、開眼させていただき、自分で言うのも何ですが、 帰りにはキラキラした表情になっています。

いのちを授かり育んでいくことは、奇跡でありとても幸せなことだと、自分の妊娠や流産、出産、育児の経験でやっと気づき始め(それまでは望めば簡単に出来ることだと思っていました)、さらにチャイルドケアを受講しながら深くかみしめています。

受講し始めた頃は、少し頭でっかちで何か焦っていたように思います。やっと経験できる育児なのに、自分が何もしていないという思いで「何か動かないと!」と空回り気味でした。しかしチャイルドケアを学び、子どもから大切なことを教わることも多く、スクーリングに参加するたびに大らかになっている自分を感じています。

「子どもって本当におもしろい!」「生まれたてから先生のよう!」。自分の子からはもちろん、出会う子どもたちと楽しんだり感心したり。まさに「育児、育自」を

実感しています。

子どもたちには何事も興味を持って楽しんでもらえるよう、嬉しい時、面白い時には一緒に笑い、つらい時、悔しい時には優しく寄り添う、そんな時間や気持ちを共に過ごしたいと思っています。段々と成長しそれぞれで過ごすことが多くなっていくとしても、あんなことあったなぁとふんわり思い出してもらえるよう。時には一息ついて、そしてまた自分で歩んでいってもらえるよう。

「チャイルドケア=子ども」と思って始めましたが、 大人にも同様でした。基本的なところに立ち返る、思い をめぐらせる。日々の生活、それぞれの人生、そして宇 宙の中の地球…と広がりとても奥が深いです。子ども たちだけでなく周りの大人たちも一緒に繋がり、ケアの 輪を広げる。そのためにももちろん自分自身楽しみなが ら、まだまだ吸収し共に育んでいきます。



母となり 25 年、チャ イルドケアを再認識し

てから数年が経ちました。そして、このたびチャイルドケアの加盟校となりました。ここまで決断するには、さまざまな迷いがありました。

チャイルドケアのスクーリングに参加するようになり、参加される皆さんに刺激を受けたり、活動報告を読んだりしていると、仕事を持ちながらチャイルドケアを広く伝えて行くにはどうしたらよいか? 本当に私にできることなのかと考え込んでしまい、息子に弱気なメールを送ったら「自信を持ち続けなさい! おかんがしてきた、続けてきたことは間違いないんやから。自信を持ちなさい。そしてたまにはゆっくりして、はしゃぎなさい」と力強く、ありがたい返信をもらいました。

それから数日後、私の誕生日パーティを息子の友だちと一緒に開いてくれました。息子の友だちとは、年に2~3回は出会います。多いときは20~30人ほど集まるでしょうか。いつも時間の経つのを忘れてあれこれ語り合い、まさに青春時代を一緒に過ごしているような充実感と元気がもらえます。

私のことを「母」だと言ってくれるその子たちが、 気弱になっている私を元気づけようと、集まってくれ たようです。まさにサプライズ、オーマイ・ゴッドです。 その日は大いにはしゃぎました。

私は息子の幼い頃から、手や足のマッサージやタッチングを続けてきました。できるだけ自然の中で遊べるよう、大きくなれるように考えもしました。でもこれがチャイルドケアだなんて言葉さえも知りませんでした。が、この母の手コミュニケーションが私たち親

私にできる チャイルドケア

CC 加盟校 大橋 茂美さん (滋賀県近江八幡市)

25歳の息子がいます。その息子の受験勉強時にチャイルドケアの学習を始め、その考え方にとても共感しました。現在は別分野の仕事をしていますが、人を優しく包み込める力量を身につけ、チャイルドケアを伝えていきたいと思っています。 ohashi@zc.ztv.ne.jp

子にとっていつしか心のコミュニケーションとなり、 辛い氷河期のような反抗期を乗り越え、家族として一 社会人としてお互いを認めあえる、思いやれる関係を 築いていたなんて本当にありがたい気持ちでいっぱい です。

反抗期をきっかけに「社会にお返しする子」として育てた我が子。それなら一人も二人も同じだと思い息子の友だちと接していると、いつの間にかたくさんの息子や娘に出会い、知らず知らずのうちにチャイルドケアが実践できていたようです。そして、ライフワーク全てがチャイルドケアに繋がることを身をもって経験し、これが私にできるチャイルドケアの伝え方かもしれないと思えるようになりました。

今回、弱気な私に大丈夫!と背中を押してくれた子 どもたち、スクーリングで出会った同志の皆さん、松 本先生、ありがとうございます。

息子は「おかんがやってきた子育てをたくさんの人 に知ってもらいたい」と言ってくれます。自信を持っ ていいんですよね。もう迷いません。





松本美国先生からのお知らせ 八洲学園大学公開講座 4月からスタート!

http://www.yashima.ac.jp/univ/extension/

インターネットで 自宅学習できます!

八洲学園大学 公開講座 松本美佳

検 索

本部講師の松本美佳先生が、前号でご紹介した八洲学園大学のインターネット公開講座を再び担当します。本講座(JAAチャイルドケア講座)は、もともと松本先生が提案されている「チャイルドケア」の、主に未就学を対象にした基礎的な内容のカリキュラムになっています。通信講座用に内容、カリキュラムを作りなおしたものです。本来、松本先生の提案する「チャイルドケア」は、<育むケア>から<見守るケア><看取るケア>まで幅広い世代に向けてのケアであり、さまざまなツールや考えをもって展開されています。本講座を基礎とすると、その応用につながる内容が今回の公開講座になります。

チャイルドケアをもっと深く学んでみたい、子どもが成長 したのでもっと応用を学んでみたいなどという方にもおす すめの内容です。公開講座はどなたでも学ぶことができますが、本講座を学ばれた方はより興味を持って学習していただけることでしょう。

この講座は、インターネットの環境があれば、どこからでも受講ができるものです。さらにオンデマンド(録画により動画配信)でその期間何度でも見ることができるので、繰り返し学習ができます。遠方のためスクーリングに行くことができない、小さな子どもがいてなかなか学習する時間が取れないという方にも、ご自分の都合で学習ができます。7月開講予定の「JAAチャイルドケア基礎講座」は、本講座のスクーリングでご提案している内容を取り入れています。

詳細、お申し込みは八洲学園大学公開講座のホームページでご確認ください。

※公開講座に関してのお問合わせやお申し込みは、JAAでは受け付けておりませんのでご了承ください。

公開講座の日程と内容について

自然療法と家庭教育、 そしてチャイルドケア**全4回**

●チャイルドケア 未就学編

4/10

いのちを育むケアである「チャイルドケア」で未就学児のいる環境のケアとして、自然療法で、家庭教育で何を取り入れていくのか、どのような生活を意識してみるのかなど考えてみたいと思います。とくに「育むケア」として考えてみましょう。

- ●日時/4月10日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

●チャイルドケア 小学生編



小学生とひとくくりにしても、前半は幼児から子ども へ変化し、さらに後半では思春期を迎えるという大き な変化と成長をする時期です。子ども時代の基礎と もいえるこの時期をチャイルドケアではどのように捉 えるかを考えてみたいと思います。

- ●日時/4月24日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

●チャイルドケア 思春期編



第2次成長期の思春期の子どもを時代は、大人になるためのステップに大切な時期です。親としても、どのように向き合っていくかを考えていく時期になるで

しょう。チャイルドケアでは「見守るケア」に入ります。 見守るケアとはどのようなことなのか、一緒に考えて みましょう

- ●日時/5月8日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

●チャイルドケア 受験と就活編

22 として最

子どもの受験と就活は、子どもと親の関わりとして最後の大仕事ともいえるかもしれません。そのため、子どもと親との関係にも影響します。親としてどのようにサポートしていくかなど、精神的なフォローは重要です。子どもの受験、就活時期の「見守るケア」を考えます。

- ●日時/5月22日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

チャイルドケア 言葉& コミュニケーション **全2回**

●言葉のマジック 前編

6/12

携帯メールなどの普及で、短縮した言葉が増えました。また、遊び感覚の言葉が広がり言葉の乱れも増えました。合理的で手身近に伝えるということ、また仲間で楽しむことにおいては、とても便利で楽しいものです。しかし、その反面、言葉を上手に使えなくなっていることに気づいていません。実は、そこから起こる不調もたくさんあるのです。言葉の表現力を見直し

てみましょう。来校者には、さまざまなワークを行っていただきます。

- ●日時/6月12日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

●言葉のマジック 後編



1回目で言葉の楽しみ方を知っていただきました。少し発展させて、素敵な会話、対話ができるためにはどのように気を付ければよいのでしょう。実は私たちの五感と会話は、密接な関係があるのです。ケアとしての言葉も一緒に考えてみましょう。来校者には、さまざまなワークを行っていただきます。

- ●日時/6月26日(水) 10:30~12:00
- ●受講費/2,000円

JAA チャイルドケア 基礎講座ダイジェスト版

7/10

●JAAチャイルドケア基礎講座ダイジェスト版

「チャイルドケアホームワーク講座(通信)」のスクーリング(基礎)のダイジェスト版になります。受講生、MC会員だけではなく、本講座にご興味のある方はどなたでも受講できるものになっています。昨年12月5日に開講した同内容の講座になります。

- ●日時/7月10日(水) 10:30~12:30 (120分)
- ●受講費/3,000円

pformation

春スクーリングのお知らせ

東京 4月21日(日) 大阪 5月26日(日)

◆会場

東京/渋谷フォーラム8 大阪/大阪市内指定会場

①基礎編

チャイルドケアの 7 つのコンセプト

基礎編では、本講座の基本的な概念と7つのコンセプトについてお話しします。テキストの文字には記されていない内容を掘り下げ、学習するうえでのヒントをお伝えする内容になっています。

- ◆時間/10:00~12:30
- ◆対象者・受講料

MC 会員/3,500 円 JAA 正会員·JAS 生/4,500 円 その他一般/5,500円

※チャイルドケア加盟校での通学講座 受講生は、JAA 会員と同じ費用でのご 参加が可能です。

②応用編Ⅲ テキスト第6章~第7章 応用編は全3回構成で行います。今回は、応用編Ⅲとして、テキストの第6章~第7章について掘り下げた内容になります。タッチ&マッサージのノウハウのポイントを抑えていきます。また、本講座の監修でもある松本安彦先生による東洋医学の取入れ方などもご提案します。

応用編全3回を受講された方には、 修了証が授与されます。今回の参加で 全3回修了となる方は、お申し込みの際に申告ください。

- ◆時間/13:30~16:30
- ◆講師/松本美佳先生 松本安彦先生

◆対象者・受講料

1444月月九

MC 会員 (CCI・CCC・チャイルドケア・ホームワーク講座受講生) / 4,500円

- 基礎編に参加していること(同日含む)
- 補足テキストの「ガイドブック」を 事前購入していること ガイドブック 6,300 円 代引手数料 315 円



♥本講座の概念と伝えるポイントを学ぶ!

チャイルドケアインストラクター(CCI)養成講習会

CCIとして活動したい方のための指定講習会です。CCIとしてチャイルドケア講座を指導するために、それぞれの章の意図やポイントをおさえ、より認識を深めスキルを高める内容です。さらに、実践的な指導を目指すためのノウハウを、実技、ワークショップやディスカッションと幅広い内容で行います。

「どうやって教えたらいいの?」「私でも教えることができるようになるの?」と不安になっている方にも、お勧めの実践的な内容になっています。また会

員同士の交流も深まり、さまざまな情報交換の場ともなっています。参加資格を満たせば受講中の方も参加可能です。基本的に CCI を目指すための講習会ですが、CCI 受験を強いるものではありません。

◆会場

東京/アットビジネスセンター 池袋駅前本館 803

大阪/新大阪丸ビル新館 311

- ◆時間/10:00~16:00
- ◆内容

午前/養成講習会の規定の学習を行います 午後/ワークショップ、ディスカッションなど(毎回内容を少しずつ変えていきます)

- ◆参加資格(以下の全てを満たす方)
- ① CCI を目指す MC 会員の方
- ②スクーリング応用編に 1 回以上参加 された方
- ③ガイドブック購入者

●受講料

初回参加/6,000円 2回目以降の参加/3,000円(一律)

第11回CCI ライセンス認定試験実施要項

2013年春 CCI ライセンス認定試験 のお知らせです。現在認定試験は、年に2回東京と大阪の会場で実施しております。以下の実施要項や期日をご確認ください。

CCIになられた場合は、チャイルドケアの加盟校を主宰するチャンスにもつながります。ぜひ、チャレンジしてみませんか? CC 加盟校指導者養成講習会は年1回11月または12月の開催となります。

◆会場

東京/渋谷フォーラム 8 大阪/大阪市内指定会場

◆条件

CCI 養成講習会の参加が必須です。

日程を確認してください。

◆試験内容

在宅:筆記試験:企画書作成

会場:面接試験

◆受験料/21,000円

	面接試験日 (17:00開始予定)	受験手続き締切	在宅試験問題発送日
東京	4月21日(日)	3月22日(金)	3月29日(金)
大阪	5月26日(日)	4月25日(木)	5月2日(木)

**受験願書は CCI 養成講習会の参加時に配ります。 既に受験条件を満たした方で、春の CCI 養成講習会 に参加できない場合は、 ガイドブック P.111 を確認し、 協会まで受験願書を請求してください。

pformation

東京開催決定! _{東京}/6月9日(日)

ベビーマッサージ講習会

♥タッチケアからベビーマッサージを知る





実技を学べる チャンスです! 本部講師の松本美佳先生によるタッチケア&ベビーマッサージの講習会です。一般の方も参加可能です。ベビーマッサージの経験がない方、テキストだけではよくわからない方、ぜひ、この機会にチャイルドケアの考えるタッチセラピーを体感ください。今回は2~11ヶ月、12ヶ月~1歳11か月までの1歳児を対象として行います。

- **◆日時**/6月9日(日)
- ①10:00~11:00 2ヶ月~11ヶ月(つかまり立ちくらいまで)
- ②11:15~12:15 12ヶ月~1歳11ヶ月 (あんよができる月齢)
- ◆会場/アットビジネスセンター 池袋駅前本館

- ◆条件/各対象年齢のお子さん同伴。
- ◆定員/各回定員12組 お申し込みの際にはご希望の時間をお 申し付けください。

◆受講料

MC会員

2.000円

JAA会員·JAS生·一般 2,500円

◆講師/松本 美佳

※2012年春に開催した「タッチケアを知る編」と同じ内容です。

※CCI以上の方はアシスタントが可能です。ただし、応用、スキルアップ)編Ⅲまたは、CCI養成講習会に参加されている方に限ります。協会スタッフまでお問い合わせください。応募者多数の場合は選考させていただきます。

スクーリング、講習会のお申し込みについて

●お名前と受講番号(もしくは会員番号)をご 用意の上、お電話にてお申し込みください。

TEL:03-5928-3100

- ●お申し込みいただいたスクーリング&講習会費用は、お申し込み当日もしくは翌日までに下記指定銀行口座のいずれかにご送金ください。お振り込みの際には、お名前の前に必ず数字の「2」(判別NO)をお書き添えください。
- ●お申し込みいただいたスクーリング&講習会のキャンセルは、その開催日の1週間前(土日

祝を除く)までとさせていただきます。開催日 1週間以内のキャンセルの場合は参加費用の で返金はできませんので予めご了承ください。

- ●セミナー開催日当日のお申し込みはできま せん。
- ●参加者が開催人数に満たない場合には、中止となることがあります。開催の可否は、各会場2週間前に決定しますので、開催間際のお申し込みを避け、お早めにお申し込みください。

【スクーリングの託児について】

- ●スクーリングでは、ボランティアの協力がある場合に限り、会場内での託児をお引き受けします。託児希望の方は、受講お申し込みの際に希望をお申し出ください。(託児料500円)尚、隣席での同伴参加もできますのでご相談ください。
- ●また託児ボランティアを随時募集しています。申し込み期日は各会場開催日の一ヶ月前まで。CCC以上でスクーリングに2回以上参加している方でしたらどなたでも可能です。CC本部までお電話ください。

お振込み先

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

秋からの スクーリング **リニューアルの** お知らせ

リニューアルの お知らせ 加盟校の増設に伴い、2013年秋以降のスクーリングをリニューアルします。

基礎編は、松本美佳先生による八洲学園大学での公開講座(インターネット受講)と、CC 加盟校主催での開催となります。

また応用編はこれまで 1 年半かけて① ② ③ と行ってきましたが、この秋から応用編① ② を午前午後の 1 日で行い、応用編③は③ ④と分け、同様に来春開催する予定です。1

年間で1~7章の内容をまとめていきます。 内容もそれに伴い変更します。詳細は次号 PKBでお知らせします。

尚、基礎編に関しては次号 PKB において誌面スクーリングとして特集します。

東京/大阪会場での松本美佳先生による基礎編開催は、JAA主催としてはこの春が最後となりますので、皆さまのご参加をお待ちしております。

タッチケア/指導者を目指す方への講習会

2012年春に開催し、好評だった「タッチケアを伝える編」は名称を変えました。 前回ご参加できなかった方もこの機会にご 参加ください!

JAA のチャイルドケアにおけるタッチケアは、ベビー&チャイルドに限らず、「触れる」ことへの大切な考え方や方法を提案しています。手技や順番にはあえてこだわらず、タッチケアにおいて伝えるべきポイントがわかれば、どなたにでも生かしてい

ただける内容になります。これからベビーマッサージを伝えていきたい方、伝え方に迷いながら現在活動されている方、アレンジを知りたい方などもぜひご参加ください。最後に講師によるチェックもあります。なお、この講習会に参加された方には、修了証が発行されます。(講座修了の証明であり手技の力量を認めるものではありませんのでご了承ください)

- **◆日時**/6月9日(日)
 - 13:30~16:30
- ◆会場/アットビジネスセンター 池袋駅前本館
- ◆条件/MC会員

(CC 受講中も可。ただしレッスン5は、

- 事前予習が必須です)
- ◆受講料 / 7,000円
- ◆講師/松本 美佳

いやしの祭典

開催の模様



2012年12月1日、東京都立 産業貿易センター浜松町館にて第1 回JAA感謝祭「いやしの祭典」が 開催されました。アロマ関連の法人 34社や、カラダが喜ぶオーガニック フードの提供で「湯島食堂」さんに もご出店いただき、総来場者800 名あまりと大盛況に終わりました。 普段は目にすることが少ない精油や ナチュラルグッズなど、香りや触感 を試せたことで五感を刺激されたの ではないでしょうか。午後に行われ たチャリティーセミナーでは、講師として、数々の書籍を執筆されている 三枝理枝子さんと、JAA インストラ クターでもある原千晶さんを迎え、 温かいメッセージをいただきました。 さらに各種トリートメントブースでは、 たくさんのボランティアの方々にも ご協力いただきました。この場を借 りてお礼申し上げます。

次回は9月28日(土)、同会場で開催します。詳細は次号ピーカーブーをご覧ください。





ボランティアによるトリートメント





原千晶さんと湯鳥食堂の皆さん

クラフトコンテスト最優秀作品

pformation

スタッフ おすすめ

今回から JAA 法人会員様の中 で、育児中のお母さんたちに喜 んでいただけそうなものをピック アップしてご紹介していきます。

とれる No.1

安全安心で、しかも便利で楽しい洗剤です

エコをうたった洗剤はいろいろあり ますが、成分をよく見ると植物由来と いうだけの界面活性剤が入っていた り、成分は安心だけど汚れ落ちはイマ イチ、ということもしばしば。このと れる NO.1 は、米ぬかと有益微生物 で作った生きている洗剤です。もとも と、池のヘドロの浄化実験がうまくいっ たことから製品化されたものなので、 洗浄力抜群で、なかなか落ちないが んこな油汚れも、するっと簡単にきれ いになります。しかも、使い分けが不 要なので、トイレ、お風呂、キッチン

はもちろん、冷蔵庫やオーブンなどの 家電、家具、床、食器洗いなどなど、 家中のあらゆるところ使えます。泡が 立たず、成分は米ぬかなので、すす ぎも拭き取りもさっと終わるからラク ラク♪肌荒れもしません。使ったほと んどの方に、「お掃除が楽しくなった!」 と言っていただいています!お子さま が舐めても大丈夫ですし、カラダを洗 うこともできるほど安心です。

詳細・ご購入はこちらをご覧下さい。

http://toreru.com/toreru/

◆お問い合わせ先

(株) アップサイド

000120-141-275 (十日祝除く)



加盟校

平成 25 年 5 月

チャイルドケア・コーディネーターライセンス 認定試験実施要項

◆試験日

平成25年5月26日(日)

◆受験資格

平成25年5月23日(金)現在、協 会が指定する各スクールの所定のカリ キュラムを修了し、修了証書を有して いる者(所属スクールの修了証のコ ピーが必要)

●試験形式

理論試験(記述·選択)90分

小論文60分

- ◆受験料/ 10.500円(税込み)
- ◆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

◆受験願書の提出期間

平成25年3月25日(月)~ 平成25年4月26日(金)(必着) ※ 認定試験の合格発表は6月下旬、 JAA正会員登録手続きの期限は7月 末、登録者へのライセンス証等発送は 8月下旬です。

※ホームスタディ講座の受講生は別規 定となります。











❖・チャイルドケア・コーディネーター試験合格者の皆さん

稲垣裕子/山口浩美/渡邊美紀/浦範子/田中久実子/田村香織/飯塚雅子/恩田康子 /星野里佳/佐野元子/廣渡美穂/滝川敦子/中溝美幸/中村美佳/山崎真理/林田美 紀/北澤麻奈/大堀絵梨/赤堀睦(敬称略/2012.10/1~2013.1/15付け 19名)

❖新チャイルドケア加盟校登録の皆さん(敬略称10校)

鴨下徳子(東京都)/徳留久乃(東京都)/三浦寿美代(東京都)/江ヶ崎雅代(茨城県) /橋本貴美子(滋賀県)/大橋茂美(滋賀県)/大下瑞恵(広島県)/桑原るみ子(広 島県) /柏雅美(大阪府) /中村統子(大阪府)

※開講状況はチャイルドケアHPからご確認ください。http://www.childcare-jp.com/

原稿募集! メンバーズメールや活動報告など誌面を利用して発表してみませんか?



MC 会員の更新手続き

下記の受講番号に該当する方は、今後のレポート提出に はMC 会員の更新が必要です。(更新手続き書類 11 月上旬郵送)更新をされない方は、次号より本誌ピーカー ブーのお届けもストップします。予めご了承ください。

●受講番号(最初の5桁)

AC12-1、AC12-2、AC12-3、AC12-4、C012-1、 C012-2、C012-3、C012-4、C012-5

日本アロマコーディネーター協会 チャイルドケア本部

〒 171-0022 東京都豊島区南池袋 1-25-9 今井ビル 5F TEL/03-5928-3100 FAX/03-5928-3500 E-mail/info@childcare-jp.com URL/www.childcare-jp.com/ OMC 会員専用ページログイン方法/ログイン ID: CC パスワード: mckaiin