



## 巻頭言

(センター長 藤野庸一)

人生3度目の手術はちょー痛かった。

一回目は、盲腸破裂による緊急手術。寝ていたのであつて、う間でした。「なんだか右の脇腹のちょっと上が痛いなあ」と過ごした四日間の方が痛かったことを覚えてい

ます。

二回目は、腹膜偽粘液腫による14時間の手術。これまた寝ていたので、気が付けば、人工呼吸器の管が口からどのにかけて入つていて、それが苦しかったことが印象に残っています。

今回は、人工透析の準備のために左腕にシャントを作る手術。部分麻酔で2時間半ほどでした。経験者から大したことなかつたと聞かされていた私は、静脈を切るとこうまでは余裕だらうと思つていたのですが…。動脈を切る段階に入ると全身にビキツと痛みが走り、そこからはとにかく全身に力を入れて痛みに耐えることとなりました。

手術は成功し、術後の経過も申し分ないです。とりあえず、これで、いつ透析になつても始められる準備は整つたようですね。

この2月。今年はいくつか決断しなければならないと思っていましたが、一つ目の決断をしなければなりません。透析を間もなく始めるか、他の治療を施した方がいいのか。どの方法でも、良い面と悪い面があります。健康について深く考え、しっかりと答えを出したいと思っています。

# 『入園に向けての準備つて』何をしよう

来年度から保育園や幼稚園への入園が決定し、どんな感じの生活になるのかな、ドドキドキされている方もいらっしゃるのではないでしようか。今回は入園準備についてのお話を届けします。

## 必要な物の準備

入園に向けての準備でまず思いつくのは、園生活で必要な物の準備です。これは各園で詳しく教えていただけます。物と一緒に選ぶなどして、揃えていくことをお子さんと一緒に楽しんでみてください。

揃えた物をお子さんが自分の物として認識し、「園でこれを使うのだ」ということを楽しみに出来るようにしてみてはいかがでしょうか。

### 心の準備

新しい生活を始めると言つことは、保護者の方にとつても、子どもさんにとつても大変不安の大きいことです。その不安を少しでも和らげるための準備が心の準備です。

心の準備には「物事の見通しをもてる」ということ、「これやつたことあるよ!」という経験が大切です。心の準備にはどのようなことに取り組めば良いのか、考えてみましょう。



## ○返事や挨拶

入園すると、今までよりも名前を呼ばれ、返事をする機会が多くなります。幼稚園で「ううこのような形でもまいません、「〇〇〇ちゃん」「はい!」と返事をしたりする遊びも良いです。入園すると毎日先生や友達と挨拶を交わします。家族間、親類の方、顔見知りのご近所さんなど、日常生活の中で簡単な挨拶を交わすことも良い練習になります。

## ○登園の時間を見越した生活

今、朝起きている時間は、登園する時間に間に合う時間でしようか。朝起きて、朝ご飯を食べて、身支度をして出かける。この時間を見越して起きる時間を決め、早く起きるために早く寝るという習慣を今からつけていくと、朝眠たいから園に行きたくないうー」ということはなくなるでしょう。

## ○食事

好き嫌いは子どもたちそれぞれにあります。園に通い出すから今まで嫌いだった物も食べないと…」ということはありません。ただ、苦手な物も子どものお皿にもほんの少しでも盛つて、見慣れた食材にしてあげてください。そして、親御さんがおしゃべりながら、「おいしいよ。一口どう?」と時々誘つてみてください。そのうち園で食べられるようになり、家庭でも食べて見せてくれるようになります。

## ○着脱・靴の脱ぎ履き

服の脱ぎ着は年齢によって出来ることが違います。一歳過ぎの子どもも肌着やトレーナー等、頭の上にセットしてもらひ、自分で引っ張つて「はあ」と顔を出す、ズボンの最後の一上げを自分で上げてみる等、簡単なことができます。経験してお

る」ということ、「これやつたことあるよ!」という経験が大切です。心の準備にはどのようなことに取り組めば良いのか、考えてみましょう。

## ○食事

好き嫌いは子どもたちそれぞれにあります。園に通い出すから今まで嫌いだった物も食べないと…」ということはありません。ただ、苦手な物も子どものお皿にもほんの少しでも盛つて、見慣れた食材にしてあげてください。そして、親御さんがおしゃべりながら、「おいしいよ。一口どう?」と時々誘つてみてください。そのうち園で食べられるようになり、家庭でも食べて見せてくれるようになります。

## ○着脱・靴の脱ぎ履き

服の脱ぎ着は年齢によって出来ることが違います。一歳過ぎの子どもも肌着やトレーナー等、頭の上にセットしてもらひ、自分で引っ張つて「はあ」と顔を出す、ズボンの最後の一上げを自分で上げてみる等、簡単なことができます。経験してお



# 通信 のこのこ

くまのっ子 児童家庭支援センター



令和8年2月号  
(第11号) (通算33号)

運営者  
特定非営利活動法人白浜レスキューネットワーク





## ～親子で遊びに来ませんか～



寒い毎日ですが、梅の花のつぼみがふくらみ、日中は暖かい陽ざしを感じるなど、春の兆しがここに見られるようになってきています。暖かい日にはキュッと縮こまつた体をしっかり伸ばし動かすと、心も一緒にホンワカ緩めることができますので、ぜひ子どもさんと一緒に軽い体操をして、体と心でも春を感じてみてくださいね。



### 3月の予定



親子でほっこり幸せ時間



#### 親子ひろば

3月 9日 (月) 自由遊び・紙芝居など  
3月 23日 (月) 9:30~11:00

#### のこのこ赤ちゃん食堂

3月 16日 (月) 開始時間 11:00~  
(親子 100円) ※大人一人増えるにつき+100円  
(定員) 20組

どの年齢の子どもさんにも  
利用していただけます

#### \*開催場所について\*

#### 親子リトミック (定員) 8組

3月 18日 (水) 10:00~10:40頃  
申し込みが必要です!右のQRコードから  
動きやすい服装でお越しください



#### のびのびリトミック (定員) 3組

3月 5日 (木) 10:00~11:00頃  
♡子どもさんの発達が気になっている保護者さん、  
大勢のお友達がいる場所が苦手な子どもさんなど  
が対象です。詳しくはお問い合わせください。



日	3/9・23(月)	3/5(木)	3/16(月)	3/18(水)
内 容	親子ひろば	のびのびリトミック	のこのこ赤ちゃん食堂	親子リトミック
場 所	白浜バプテストキリスト教会 白浜町 3137-9 (TEL 0739-45-8818)			

就学前の乳幼児とその保護者の方、妊婦さんも遊びに来てね。遊びながら、子育ての悩み等お話しもできます。  
はまゆう病院駐車場をご利用ください。

\*\*\*授乳スペース、おむつ替えスペースあります\*\*\*

16日は月1回の、のこのこ食堂の日です。予約が必要です。利用される方は3月12日

17時00分までにご予約下さい。右のQRコード又は、電話にてご予約いただけます。

※NPO 法人白浜レスキューネットワーク子ども食堂事業の一環として、のこのこ食堂を開催します。



くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

連絡先 TEL・FAX 0739-45-8818



のこのこインスタ



のこのこ HP



G mail

