

〈家庭数〉

第7ブロック

母親委員だより No.1



平成 28 年 9 月発行

母親委員 伊藤麻由 高橋玲子

担当校 豊田中学校 高松中学校
西豊田小学校 富士見小学校

みなさんこんにちは!!第7ブロック母親委員です。

第7ブロックは、森下小・富士見小・南部小・西豊田小・東豊田小・東源台小・高松中・豊田中・東豊田中の9校各2名の合計18名で構成されています。

今年度も元気いっぱい和気あいあい、子どもたちの笑顔の為に活動していきます♪

今年度のテーマ

ここにいるよ あなたのみにかた

昨年度に引き続き、母親の私たちが子どもや家族の『みにかた』となり、また時には『みにかた』になってもらいながら、笑顔のあふれる毎日になることを願ってこのテーマで活動します。

母親委員は、各校のPTA本部役員に所属しながら、母親の視点で今の子どもたちを取り巻く環境や問題などを学習し、学区を越えて第7ブロックの保護者の皆さんにこの「母親委員だより」や講演会を通して様々なお役立ち情報を発信していきたいと思っています。

今回の母親委員だよりでは…

・アロマテラピー&カラー心理学講座

～安心材料で作る アロマの虫よけスプレー作り～

～色の力でイキイキ子育て コミュニケーションカラー心理学～

・南部特別支援学校「なんぶっことあそぼう」

(毎年恒例の支援学校と近隣小学校の交流行事のお手伝いに参加しました)

《講演会開催予告》

第7ブロック母親委員主催講演会

いざ!!という時、子どものモチベーションをアップさせる

「メンタルトレーニング講座」

講師：大儀見 浩介 氏

メンタルトレーニング・コンサルタント

株式会社 メンタリスタ代表取締役

日時：平成28年11月9日(水) 午前10:00～11:30

会場：静岡市健康文化交流館 来・て・こ 3Fホール

※事前申し込みが必要です。詳しくは近日中に改めてお知らせします!



なんぶっことあそぼう



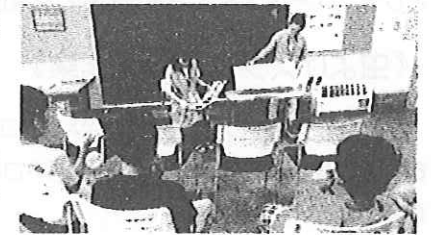
7月29日、南部特別支援学校で行なわれた「なんぶっことあそぼう」で絵本の読み聞かせを行いました。

★南部特別支援学校★

駿河区小鹿にある肢体に不自由さのある子ども達が通う学校です。広い芝生の庭があり、明るく、開放的な校舎で、安全面での配慮が施されています。

★なんぶっことあそぼう★

同校で、年一回地域の児童との交流を目的に行われるイベントです。西豊田小をはじめ、他校の児童とグループをつくり、ゲームや工作等様々なブースを回ります。近隣のボランティアの方々をはじめ、豊田中学校生徒会役員、駿河総合高校の生徒達もお手伝いしました。



私達第7ブロック母親委員有志も、西豊田小学校母親委員を中心に、低学年向け、並びに高学年向けと2つのブースで絵本の読み聞かせを担当しました。

母親委員以外にも西豊田小学校、豊田中学校より2名の保護者の方にもご参加頂きました。ありがとうございました。

※以下参加した私達の感想です※

- 医療福祉センターに入院しながら通学している生徒さん達と、色々なゲームを通して交流することで、相手の病気や現状に理解を深めることができるとも貴重な機会だと感じました。西豊田の子どもたちが、何気なく介助したり、会話する姿が自然で感心しました。読み聞かせも皆さん真剣に聞き入ってくれて嬉しかったです。
- 西豊田の子ども達が場を和ませると、南部支援の子達も笑顔を返し、何とも微笑ましいひと時でした。読み聞かせも反応良く聞き入ってくれ、楽しんで読み聞かせができました。
- 今年は、高学年の読み聞かせを担当してもらいました。少し長めのお話でしたが、子ども達は「本を読んでもらうこと」が大好きなんだなあと感じる事ができ、私としてもとても有意義な時間を過ごさせてもらいました。
- 「なんぶっことあそぼう」は初参加でした。少人数相手の読み聞かせは、聞いている子どもの反応がすぐに伝わってくるので、読む方も楽しかったです。低学年担当だったので、短めの絵本3冊にしました。題材は、絵本やおもちゃ、2冊は大型絵本だったので、親んでもらえたかな、と思います。それと、西豊田小や豊田中の子ども達が一生懸命お世話をする姿が、とてもよかったです。



アロマ&カラー講座 開催

7月7日(木) 来てこにて、東源台小学校母親委員の森野裕子様を講師にお迎えしまして、「アロマセラピー&カラー」講座を開催しました。

安心材料で作るアロマの虫よけスプレー作り

《アロマの基礎知識》

アロマセラピーは自然療法の中の植物療法で植物から採る100%天然の精油を暮らしの中で美容や健康に役立てることです。香りによってストレスを解消したり、疲れを癒したり、元気を出したり、病気に対する免疫を高めたりします。

エッセンシャルオイル(精油)の様々な楽しみ方と使用上の注意を学び、森野先生が朝摘んできたローズマリーとレモンバーベナを手で擦って香りを楽しみました。

《虫よけスプレー作成作業》

シトロネラ・ラベンダー・ティーツリー・ユーカリ・レモングラス・ペパーミントの6種類の精油を各自調合して作成。シトロネラは虫よけ効果のある精油で必ず使用します。

市販の虫よけスプレーには子供用でも「ディート」という農薬成分が含まれているので注意が必要です。今回作成したものは、小さいお子様でも安心して使用できるので、いい香りのアロマ効果プラス安心な虫よけと、一石二鳥ですね。ご家庭でも気軽に作れるのでいかがでしょうか？

【材料】

ガラス又はポリエチレン製の遮光スプレー容器
無水エタノール、精製水、精油

【作り方】

- ①スプレー付き遮光ビンにエタノール5mLを入れる。
- ②その中にエッセンシャルオイル(精油)を合計17滴入れて良く振る。
(そのうちシトロネラ7滴)(その他の精油は1滴ずつ入れ、香りの強さを確認しながら入れる)
- ③精製水を80mL入れ、さらに良く振る。

班5人の作成したスプレーを試してみたところ、それぞれにとってもいい香りで、今度は違う調合で作ってみたいと思いました。楽しく笑顔あふれる講習会になりました。



↑講師 ル・アンフレ アロマセラピスト
森野裕子先生
<http://www.unfre.jp>

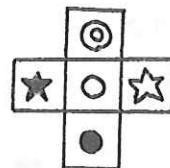


色の力で生き生き子育て♪

コミュニケーションカラー心理学

講師/創作療法学会会員 カラーセラピスト 森野裕子先生

「今日はブルーな気分」とか、「バラ色の人生だ」など感情を色で表すことってありますよね？色には意味やエネルギーがあります。それらがわかったら、難しい年頃の子供の気持ちも少しはわかるかも？私たちはこんなテストを受けました。



左の図に好きな色を直感でおいてみてください。
(テストでは下の10色でした)

実は置いた場所にはこんな意味があります

- ★過去の出来事
- 現在の状況
- ◎顕在意識 (見えている意識)

- ☆未来の目標や願望
- 潜在意識

(●^o^●) 一番目に置いた位置によってわかること

真ん中からが7割、周りから→自分のことは後回し型

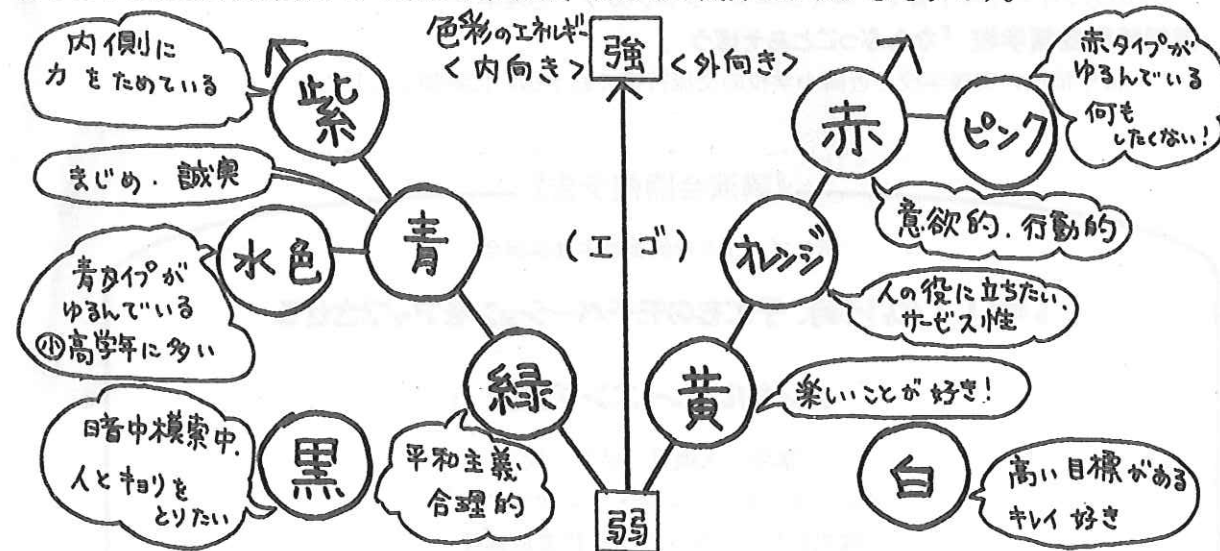
うち、左側から→プロセス重視型

右側から→意欲満々型

などなど。

過去、現在、未来に置いた色をバックアップカラーといい、意識して身の周りに置くと目標実現の手助けをしてくれるそうです♪

さらに下の【色の関係図】と当てはめてみると、およその気持ちがわかるそうです。



色にこんなにも深い意味やエネルギーがあることを知り驚きました。また上手に生かして、子供と楽しく健やかな毎日をご過ごせるといいですね。