



#2026  
3月

梅の花が咲き始め、春の訪れを感じます。冬の空から春の空へ、大きく息を吸い込み、「ふ〜っ!!」と思いきり吐き出すリラックス方法がわたしは大好きです。身体の中に蓄積していたモヤモヤが吐き出した息と共に何処かに吹き飛んでいくような気持ちになります。

子育てでモヤモヤ・ハラハラ・イライラの連続ですよね。自分の理想通りにはいかない。お子さんにも、たとえ0歳でも、18歳と同じように人格がある。もし「ママのことが大好きだから、ママの気持ちに寄り添いママに喜ばれる子どもになろう」と、考えている子どもがいたとしたら気味が悪いと思いませんか？子どもって意外とママの気持ちを察知するのが上手なのです。ママの要望が高く強すぎるほど察知しやすいものです。大人の顔色を伺うことも上手です。

わたしは、ままのりあに通って下さっているお子さんたちには、自分の人生を歩んで欲しい。自分で考え、自分で選択し、自分で行動する、そんな生き方をしたいと願っています。

そうは言っても、では どうすれば??

大切なことはすこぶる簡単で、よけいな口出しをしないことです。子どもが自ら考え行動すること。お子さんにとってそれは「遊び」です。我が子の遊びをまっすぐ見守る。子どもが自分でやってみる色々な試し行動に対して「こや、たう？」的な口出しをしない。上手く行かずに泣いても良い、思い通りにいかずに怒っても良い。自分の力でやってみることと、その時々味わった感情を表出することが、とてもとても大切なのです。上手くいった時は必ずママを振り返りアイコンタクトをとります。上手くいかなかった時は泣いたり怒ったりしながら

助けを求めます。お子さんの方からサインが出るまで待ちましょう。何を手助けすれば良いのか？ここがママの頑張りどころです。お子さんの様子をよく見ましょう。そして、必要な手助けは何なのか？ママが考えてみてください。

たくさんのママと出会ったわたしの経験では、子育てに一生懸命で熱心なママほど「待つ」ことが苦手なような気がします。子どもが困らないように、失敗しないようにと考え「転ばぬ先の杖」の役割を果たしてしまうのです。日々、呼吸をするように、先へ先へと子どもの行動の先回りをしていては、子どもは達成感を得られません。幼少期から自分で考え、自分ひとりの力で遊びを満足させ、「これ」といった好きの極みを見つけられることは、いずれ、児童期・青年期（思春期）そして大人になっても継続しつづける大切な宝物になります。お子さんたちが、そういう宝物と出会えますように、応援したいです。

「これまでたくさん口出ししてきちゃった…。」しまった!と思っているママたち、大丈夫。思った時が第一歩。100%の口出しをまず95%に。その次は90%に… 少しずつ減らしていきましょう。きっとお子さんの笑顔が愛おしく、我が子が10倍可愛くなるでしょう。(ひでみ)

## ありがとうございました!

新規事業所「よしたまのりあ」で使用するおもちゃなど、たくさんのご寄付をいただきありがとうございました。おかげさまで色々な物を揃えることが出来ました。つきまして募集は一旦停止させていただきます。皆様のご協力に感謝です。本当にありがとうございました。

日	月	火	水	木	金	土
① 3月	2 ♡♡	3	4 FS	5 ♪	6	7
⑧	9 ✎ 7-7ショッポ	10	11 FS	12	13	14
⑮	16	17	18 FS	19 ♪	⑳ イベント	㉁
㉒	23	24	25 FS	26	27	28
㉓	30	31				

※ 20日(金)の通常の7-7。個別はお休みです

♡♡…親子あそび (10:00~11:00) **無料**

対象年齢 0才~6才くらいです。  
利用者さん以外の方もOK♡ どなたでも参加できます♡  
カラフルなムーブメント教材や音楽を使って楽しく身体を  
うごかしましょう♪

FS (フリースペース) 10:30~13:30

ありのままの自分を大切に♡ 学校で頑張りがすぎてしんどい…  
そんな時は職員に相談してね♡

♪…ままのりあコーラス (10:00~12:00)

唄うの大好きなママ ぜひ遊びに来て下さい♡

✎…我が子のトリセツ (10:00~12:00)

2月中止になった「トリセツづくり」参加を希望される方が多いと伺いましたらお知らせください♡

7-7ショッポ

## 子どもが安心して動ける 絵カードづくり

無料です

3月9日(月)

10:00~12:00

ままのりあ(教会にて)



✿ 視覚支援グッズをみんなで作ってみよう ✿

はじめまして♪ ままのりあに通う娘の母です。我が子は  
毎朝の身支度にとっても苦勞し、うまくいかないことが重なり  
家族みんなが疲れ切ってしまうほどの時期もありました。  
その中で出会った「視覚支援」は親子の時間をほんの少し  
やわらかくしてくれました♡

普段は有料でお届けしている支援グッズですが今回は無料で  
「お試し制作」できちゃいます♡

支援グッズを少し試して少し作って少し持ち帰る。その小さな  
一歩がお子さんの安心に繋がり、ご家庭の時間を少し  
穏やかにするかもしれません。当日はめくるタイプの絵カー  
ドを作成します。お気軽にご参加ください♡

## ☆ゲームイベント☆

お昼持参してね♡

祝 3月20日(金) ニコ 11:30~14:35

ゲーム好き集まれ〜! コンテッドスウィッチやカードゲームなど…  
みんなでワイワイ盛り上がるように参加お待ちしております!