

第 166 号

2020 年 7 月

ラルーラ通信

<発行>

中部学院大学

子ども家庭支援センター

〒504-0837 岐阜県

各務原市那加埜田町30-1

TEL058-375-3605

fax058-375-3609



「切り替え」儀式のススメ

中部学院大学 教育学部 子ども教育学科
准教授 益川 優子

私は教員として主に心理学関連や人間関係関連の授業や、実習へ向かう学生の指導を担当しております。また、週に1回、学生相談室のカウンセラーも務めております。こういった教員兼カウンセラーというちょっと特殊な(?)お仕事も気が付けば10年が過ぎたところです。なぜちょっと特殊かと言いますと、大学の教員というお仕事は、「自分の研究した成果について授業を通して学生に還元するもの」であり、いわゆる「発信する」お仕事なのです。また、実習指導においては「学生に実習生として必要な知識及びマナー等を身につけさせるもの」であり、時には学生にとっては聞きたくもない学生自身に関する指摘や注意を「発信する」ことも日常です。それに対して、カウンセラーのお仕事は、「クライアント（相談者）のお話をじっくりと聴かせて頂き、そのお気持ちをしっかりと受容し共感すること」がまずは何よりも基本となります。そこでは、基本的に指示や指導といった「発信する」という行為はほとんどなく、いわばクライアントの気持ちなり感情なりを「受け止める」お仕事なのです。簡単な言葉で言ってしまうと「出す」「受ける」と相反することを同じ職場で、時には同じ日に行っているため、特殊なお仕事なのではないかと思うわけです。

こういったお仕事を始めた頃は、よく気持ちが混乱し、叫びたくなることもしばしばありました。今思えば「教員である私」と「カウンセラーである私」を切り替えることができなかつたのです。「教員」として学生をしっかりと育てたい、いろいろな研究成果を発信し、役立つ知識を伝えつづけなければならない、という使命感に囚われる一方で、「カウンセラー」として学生のほんの少しの悩みや迷いも受け止め、癒さねばならない、悩み苦しむ学生に一刻も早く元気になってもらってほしいという焦燥感にかられ、自分が擦り切れるような感覚にさえなっていました。この2つのお仕事が全く正反対の性質を持っていることすら気が付かなかつたほどでした。学生相談の研究会に行つては号泣し、大先輩のカウンセラーの先生方に落ち着かせてもらい、たくさんのアドバイスを頂いて帰るといふ日々が続きました。徐々にこれらのお仕事の相反する性質に気が付き始め、「切り替え」の必要性が分かってきました。そこで、大学に無理を言って午前中に授業をまとめて入れてもらい、午後はカウンセラーのお仕事に専念できるようにしてもらいました。号泣してばかりいた研究会も、私と同じような立場に置かれた若い方へ「切り替え」の提案もできるようになっていきました。それまで私を支えてくださっていた大先輩方の切り替え方法もご紹介して頂け、私のように授業とカウンセリングの時間を午前午後と分けて時間割を組んでくださるといふのは大変恵まれた環境であり、他大学で同じような立場でお仕事をされている先生方は、皆さんそれぞれに「コーヒーを飲んだらカウンセラーになる」「手を洗ったら教員に戻る」等様々な方法で切り替えを行つていらっしゃる事が分かりました。中でも圧倒されたのは、大ベテランになると「一回手をたたく」だけで切り替えができるというものでした。こういった特殊なお仕事をどれだけ長く経験していらしても、皆、大なり小なり「切り替え」の作業が必要なのだということも感じました。

考えてみると、「お母さん」の行動をお仕事と捉えると、この特殊なお仕事と同じ性質を持っているような気がします。同じ場所で同じ日に「出す」「受け止める」行為を何度も繰り返していますよね。「子どもにはきちんととしつけをしたい」「間違つた道へ行つて欲しくない」といふ思いから、子どもに対してきちんとした教育をしよう、そう思うあまり、子どもに少しきつく注意をすることや叱ることもあるかと思ひます。注意をした後、少し叱りすぎてしまった後、「本当は優しいお母さんでいたい」「いつも笑つているお母さんでいたい」といふ気持ちで自己嫌悪に苛まれることもあるかもしれません。そんなときは是非、オリジナルの「切り替え」儀式をもたれてはいかがでしょうか？

ラ・ルーラ開室します！

7月14日(火)より 開室します

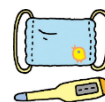


ラ・ルーラも新しい生活様式に切り替え、7月14日(火)より再開室します。安全で安心できる環境を整え、感染防止に努めながら進めて参ります。皆さんとまた一緒に楽しい時間を過ごせることを楽しみにしています。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

新型コロナウイルス感染防止策について

皆さんへのご協力のお願い

- ◎ 3密になることを避けるために時間の短縮(10:00~13:00)及び入室人数を制限ししばらくの間 ご利用は 事前予約制とします。
- ◎ 入室前の手洗い及び手指消毒に加え マスクの着用をお願いします。
ラ・ルーラ入室の際は必ずマスクの着用をお願いしますが
小さなお子さんの着用は適宜判断していただき無理のない範囲内でご協力ください。
- ◎ 入室時に検温させていただきます。
発熱(37.5度以上)が確認された場合はご入室をご遠慮いただきます。
また入室後も体調不良の場合入室をお断りすることがあります。
- ◎ キャンパス内での飲食は水分補給のみとし、食事はできません。



ラ・ルーラの感染予防の取り組み

- ◎ 遊具の数を減らし、除菌を徹底させ 玩具等は入れ替えをします。
- ◎ 換気のため 2 か所の出入り口は常に開放し窓も全開を基本とし、サーキュレーターも利用して換気に努めます。
- ◎ スタッフの健康管理も徹底し、勤務前の体調チェック必ず行いマスクを着用します。
- ◎ 施設内の高頻度接触部位(ドアノブやテーブルなど)特に注意して定期的に消毒し、床面も毎日清掃後アルコール消毒をします。

夏到来！水遊びの季節になりました



ラ・ルーラでの夏の遊びのメインは水遊びと泥んこ遊びです。今年是他の親子さんとのソーシャルディスタンスを保ちながらも、個々の親子・家族で思い切り楽しんでいただけたらと思っています。遊びの一つとしていつでも毎日ご利用いただけます。

砂場デッキの使い方 ~安心 安全に遊んでいただくために~

- ① 水遊び・砂遊びの出来る服装に着替え、帽子など紫外線対策を整え戸外に出る
- ② 砂場デッキで遊ぶ
・個別に用意した砂場セットを(バケツ、スコップ、カップ、ジョーロなど)選び家族毎に遊ぶ
・水遊びは個別に小プール、タイヤに水をその都度張り、自由に遊ぶ
- ③ 遊び終了後
・遊具・プールなどを片付ける
・戸外で大まかな汚れは洗い流した後、室内の温水シャワーにて洗う
・戸外より室内に入る時には新しい雑巾(ラ・ルーラで準備)にて足裏を拭いた後除菌する
- ④ 着替えスペースにて、ソーシャルディスタンスを保ちながら着替えをする

*室内シャワースペースは 使用の都度スタッフが清掃・除菌します。
ご理解とご協力をお願いします。



ご利用前の事前予約 & 7月の催しについて



新型コロナウイルス感染防止策として、しばらくの間は密を避けるために利用時間を短縮し（10:00～13:00）人数の制限（毎日10組程度）をするためにご利用日の事前予約制とします。

事前予約の仕方

ご利用日の一週間前の10:00より電話にて承ります。
 予約状況は毎日ラ・ルーラHPにて
 （○予約余裕あり △残りわずか ×予約受付終了）
 お知らせします。

【例】

| ご利用日 | 予約開始日時 |
|----------|------------------|
| 7月14日(火) | 1週間前(同曜日)10:00より |
| | 7月7日(火) |

【受付時間】 火水木金土 曜日10:00～16:00 【電話】 057-375-3605

7月の催し

新しい生活様式を踏まえ 以前のような催しのあり方は模索中です。
 しばらくの間は個々での遊びを楽しめるようにと、週単位で遊具に加えて遊びが広がるようなものを準備します。新聞紙・風船・傘袋などを使って家庭では遊べないようなダイナミックな遊びを考えています。どうぞお楽しみに！



| 7月の予定 | | | | | | | |
|-------|----|----------|---------|--------|-----------|----|---------|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 誕生会 | 18 | |
| | | 新聞紙で遊ぼう！ | | | | | 作って遊ぼう！ |
| 19 | 20 | 21 | 22 身体測定 | 23 海の日 | 24 スポーツの日 | 25 | |
| | | 風船で遊ぼう！ | | | | | |
| 26 | 27 | 28 移動図書 | 29 | 30 | 31 誕生会 | | |
| | | 傘袋で遊ぼう！ | | | | | |

学生が実習でお世話になります

教育学部幼稚園教諭・保育士コース3年生「地域子育て支援実習方法研究」の受講生（20名）が8月より実習に入ります。学生たちは実習を経て、ラ・ルーラの子どもたちが主体的に活動できる保育環境や支援者のあり方や、保護者の皆さんとのコミュニケーションのあり方などについて学びます。長期間に渡りお世話になりますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。





<ラ・ルーラ開設日>火・水・木・金・土曜日



催しがあるときも ラ・ルーラ内では自由に遊べます。

| 8月の予定 | | | | | | |
|-------|-----|---------|---------|----|--------|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 誕生会 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 移動図書 | 19 身体測定 | 20 | 21 誕生会 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 誕生会 | 29 |
| /30 | /31 | | | | | |

お問い合わせ先 TEL: 058-375-3605 FAX: 058-375-3609

8月の行事・内容紹介

4日～7日 新聞紙で遊ぼう！

細長く丸めて棒を作って何かに見立てたり、丸めてボールを作ったり、ビリビリ破っても面白い新聞紙を使って思い切り遊びます。それぞれのお子さんの興味関心によって遊び方は自由です。いろいろな遊びが出来るように準備しています。思い切り遊びましょう！

18日～21日 風船で遊ぼう！

風船ボールを作って遊びます。投げたり弾ませたり羽根つきみたいに遊んだり…思い思いに遊びは広がります。どんな遊びが出来るでしょう。楽しみですね。

25日～28日 傘袋で遊ぼう！

濡れた傘を入れる 細長いビニール袋を使って遊びます。傘袋ロケットを中心に思い思いの作品を作ってゲーム遊びをします。こちらも遊び方は無限大。新しい遊び方も飛び出すかな。

毎週土曜日 作って遊ぼう 工作遊び

空き箱など大小様々な廃材材をいろいろ取り交ぜ、個別に準備します。その他の材料や用具も個別に準備しますので自由に製作をお楽しみください。

18日 移動図書館 ・読み聞かせ 図書館スタッフによる 本の紹介と読み聞かせ

19日 身長体重測定 終日用意しています。お子さんの機嫌の良い時にいつでもどうぞ。

毎週金曜日 誕生会 「密」を避けるために毎週金曜日（12：45～）に個々でお祝いします。 *誕生カードなどを準備しますので参加される方は事前予約をお願いします。

お母さんのためのリフレッシュ講座 「帽子作り」

毎年人気の「帽子づくり」は基本的にいつでも対応いたします。初心者の方も大歓迎。好みの形やサイズの帽子を選び、型紙を取るところから始めます。詳しい内容は予約時にお尋ねください。

