

2014年

携帯サイトへGo!→  
携帯で教室便りが見られます



公文式本市場教室 火・木 3~7時 TEL 186-61-4936(上平方)

横割教室 月・水 3~7時 TEL 61-8891(福島方)

指導者: 新妻ゆき子 携帯090-2260-0671

Eメール:yvonne-yukiko@mbi.nifty.com

携帯アドレス:yvonne-1682-yukiko@docomo.ne.jp

ゆきこくもん

検索

ホームページ <http://www.yukiko-kumon.com>

## 教室だより 10月号

### 自分で考えられる子に

読書、スポーツ、旅行など、秋は親子で一緒に何かをするのにも適した季節ですね。

親子で同じことに取り組む中で、子どもが自分で考え、工夫し、主体的に行動できるようになってくれるとうれい  
いですね。そのために大切なのは、必要なことを教え込むのではなく、子どもが自分で答えを見つけられるよう支援す  
ることではないでしょうか。

コーチングやカウンセリングの基本は、「答えは子ども自身が持っている」ということを信じてあげることだそう  
です。その観点から、親のスタンスとして、聞く時間7、話す時間3を目安にするとういそうです。そして、話す時間の半分は  
子どもの話の要点をまとめることに使います。

子どもに聞いていく時の順番は、①何があったの? (事実) ②その時、どう思ったの? (気持ち) ③それでどう  
したの? (行動) だそうです。

何らかの答えを子どもが見つけ出したら、「お母さんもそれがいいと思うよ」と勇気づけてあげてください。たとえ  
うまくいなくても、子どもはまたお母さんに相談してみようと思うのではないのでしょうか。

提案する時は、「〇〇してみたら。そうしたら、こうなると思うよ」のように、今までやっていたことをやめさせるの  
ではなく、何かを付け加えることが受け入れられやすいようです。

## 公文式の創始者・公文 公(くもんとおる)先生の言葉より

“教育に早すぎることはありません—「歌」から始まる乳幼児教育—”

赤ちゃんは生まれたその日から学び始めています。通常、小さい子どもが母国語である日本語を自然に話せるよう  
になるのは、語りかけなどの“ほとんど無意識”の教育がなされたからです。このようなすばらしい学習能力を軽視し  
てはなりません。ただし、無理な押しつけや強制によってはその能力を伸ばすことは難しいものです。あくまで子  
どもにとっての学習が、その子にとって「楽しいこと、おもしろいこと」でなければなりません。こんな言葉がある、  
数にはこんな規則がある、ということ遊びの中で全身を使って知っていく喜び。その喜びを子どもから奪ってはな  
らないでしょう。その自然な知的好奇心と学習能力の伸びる力に、適切な順序とよりよい方向づけをしてあげたいと  
いうのが、公文式乳幼児教育の目指すところです。

そして、その第一歩が「生まれたら、ただちに歌を聞かせましょう」の働きかけなのです。

### 2014年 10月の学習日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 <small>休みの日</small>	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

本市場教室日□

横割教室日△

くもん出版刊「四字熟語カード」より

材適所だね。

人を、それぞれの能力や才能にあった仕事や役割  
につけること。  
「キャンペーンにいったとき、だれがどの仕事をする  
か、適材適所で決めた。」

## 適材適所

今月のことわざ

## \*ゆき子の一言コラム

### 秋分の日

お彼岸の中日とあって、近所の寺には、何組もの家族が墓参りに訪れていました。

しかし、年々、墓参りの家族の中に子供が少なくなっているように感じます…。

今ある自分は、ご先祖様あってのこと。連綿と続く連鎖がどこかで断ちきられただけでも、今の自分は存在すらしないかも知れなかったのです。そしてまた、先祖たちが苦勞に苦勞を重ねて、この日本を築き上げてきたことも忘れてはならないことです。一年に何度かは、こうして先祖に感謝を捧げることは尊いことだと思います。

戦後、宗教といえば教育から排除されてきました。しかし、人類が宗教性を失うことはありません。

特に日本では、たとえ、自ら無神論者だと豪語していたとしても、伝統的な宗教儀式には参加するし、否定はしていません。おそらく、宗教を語ることが、戦後の教育によってタブー視されてしまったのだろうと思います。

しかし、年中行事としての彼岸や盆くらいは、教育で触れられてもいいではありませんか。

「今あるのは先祖のおかげ。そうした先人に対して感謝の気持ちを捧げましょう…。お彼岸はそうした日なのです」

たったこれだけでいいと思いますが…。

### これから流行る、風邪やインフルエンザの予防法について

#### 〇うがいと手洗い

うがい、手洗いはだれでもできる予防方法です。実際は、ウイルスをうがい手洗いだけで防ぐわけにはいきませんが、効果がないわけではないそうですし、心構えの問題にもつながるといふことで、習慣づけるといいと思います。

うがいは、お茶がいいそうです。あるある大事典でも紹介されていましたが、お茶のカテキンに殺菌効果があるそうで、静岡県のある小学校では、お茶によるうがいを実践しているとか。

手洗いは、さっと水に手をくぐらすだけでは、ほとんど効果がないばかりか、手の奥に入り込んだ細菌を表面に流しだし、よけいに細菌が検出される実験結果もあるそうです。手洗いは、水だけでも30秒以上洗えば、細菌はいなくなるそうです。じっくりと洗うように話したいですね。

#### 〇うつさない、うつらないために

咳の飛距離は約2メートル、くしゃみは約3メートルだそうです。(あるある大事典より)

これでは、かぜの菌は、せまい教室ならどんどん広がってしまいますね。あるサイトでは、風邪の菌をもった人が電車の車両に2人いれば、全員が菌をもらうことになるか書いてありました。そこで、どうやったらうつらないかということになります。

マスクは、まあまあ効果があるようです。あるある大事典によれば、マスクでウイルス進入の3割程度は減らせるのだそうです。また、マスクには、のどの乾燥を防ぐ効果もあるそうです。

次に、ウイルスを増やさないコツを紹介します。(これもあるある大事典から)

冬の風邪のウイルスは、湿度に弱いそうです。そこで、加湿器や洗濯物を干すなどの手段は非常に効果的な方法となります。部屋の湿度が60%から80%になるようにするといいそうです。あるある大事典でやっていた実験でも、室温21度から24度の部屋で、6時間加湿し、湿度50%を保つと、ウイルスの生存率は3%でした。

#### 〇風邪をひいてしまったら

風邪をひいて、熱がでて38度ぐらまでは我慢したほうがいいそうです。細菌とたたかっている証拠が熱ともいえますから、むやみやたらに解熱剤などで下げようとするのは、逆効果ともいえます。

また、風邪をひいたらビタミンCというのはもうある程度知られていますね。風邪の時のビタミンCは、免疫力を高め、回復を早め、二次感染にかかりにくくさせるといわれています。風邪をひいたら、通常の5倍から10倍のビタミンCをとるといいそうです。普段は、一日50mgでもいいそうですが、風邪の時は、一日250mgから500mgとるといいそうです。

お休みのときは電話でもメールでも結構ですので連絡をお願いします。

10月分の会費引き落としは9月29日(月)です。よろしく願いいたします。(注)休会・退会の場合は、引き落としの関係から15日までにお申し出下さい。最近 教室からお迎えの電話をする子で、電話代を置いていかない子がいます。大家さんから電話代が足りないと苦情がありました。お迎え電話を教室からする子には必ず電話代10円を持たせてください。