

フレンズジム通信

2021年

6月号

【Sunday's オンラインイベントを終えて】

5月2日(日)にオンラインで開催されたSunday's イベント。参加したお子さんや親御さんから「先生がんばっててお疲れ様でした。」「体操一緒にやってスッキリしました!」などの嬉しいお声をいただきました。

【6月の戸外活動・防災訓練について】

★ 着替えと帽子のご用意をお願いします!

春夏の野菜はオクラ、じゃがいも、ピーマン、白ナス、きゅうり、トマト、枝豆を植えました。戸外活動では、畑で野菜に水やりをしたり雑草抜きをします。この時期、日差しが強くなりますので着替えと帽子のご用意をお願いします。

雨天の場合は室内で楽しめるレクリエーションを行います。梅雨を吹き飛ばすような皆で楽しめる運動遊びやゲームをする予定です。

戸外活動と併せて、サービス時間中に災害が発生した場合に備え、中川店は6/14~19、南山田店は6/21~26に地震を想定した避難訓練を実施する予定です。



【『菜根譚』の中からしなやかに生きるヒントのご紹介】

それは昔、約400年も前に中国で書かれた本です。日本でも根強い人気があり、人生に迷ったときや、困難でいっぱいな環境に置かれた時に読むと、「当たり前なことだけど忘れてしまいがちな生きる知恵」や、「幸せになるヒント」をもらえる、時代や場所を選ばない書となっています。

◆ 「伏すること久しき者は、飛ぶこと必ず高く、開くこと先なる者は、謝すること独り早し」

要約すると、「しっかり休んだ鳥は、他の鳥より高く飛ぶ。他より先に咲いた花は、散るのも早い」と言う意味です。周りの人のペースに合わせられなかったり、少し頑張るだけでとても疲れてしまうと、人は焦ったり能力不足を感じて自信を無くしてしまいがちです。でも、実はただペースや感じ方、物事の捉え方が違うだけだったりします。世間一般が決めたペースや基準に当てはまらないからって、本人のペースで成長できないのはもったいないですよ。

フレンズジムのジャンプ練習でも、初めはしっかり膝を曲げて力をためることから練習します。大人がお手伝いしてジャンプの感覚を知っていく練習も並行して行いますが、やはりお子さん自らの力でジャンプできた時は、身体中から自信と喜びがあふれてきます。

他の部分の発達にも同じことが言えます。必ずその子なりのペースで力を蓄え、飛ぶタイミングや咲く時期を待っています。もちろんそれぞれ高さも距離も、色も大きさも違います。でもその結果について、基準と比べて批評するのは重要なこととは思いません。お子さんが飛べた時、咲くことができた時、その瞬間に立ち会い、共に喜び合い、成長を共有することができたなら…。その経験は、また次の成長の瞬間を信じ、楽しみに待つための糧となるのではないのでしょうか。(中野)

参考・引用: 齊藤孝監修「こども菜根譚」日本図書センター