



2026年度



2026(R. 8). 9. 4.
明王台シャローム幼稚園



地域の子育て応援！！ ～
未就園児と保護者の方を対象として～

ぷちこはるレター 9月号 (Vol. 3)

笑顔の魔法 ～表情がもたらす健康としあわせ～



先日、のぞみ学園では3園の在園児さん、保護者の皆さま、未就園児の方を対象とした子育てイベントを開催しました。1時間半というプログラムの中で、もりだくさんの内容を親子でお楽しみいただいたのですが、とても印象に残っているのが大人も子どもも素敵な笑顔が溢れていたことです。会場に楽しい笑いが響き渡っていた様子はとても幸福な時間でした。“病は気から”とはよくいったもので、実際に声に出して「わーっはっはっはっ」と笑うことで病気が軽減されるという話もありますね。

今回は人に健康をもたらしてくれる笑顔を作る“顔”・“表情”についてお伝えしたいと思います。

●子どもの成長は“顔”から

数年前のコロナ禍では、大人がマスクをつけていることが日常で、大人の表情を見て育つ機会が少ない子どもたちが多くいました。一時は子どもから表情が消えた・・・ともいわれましたが、表情はとても大切で、笑うことで口周りの筋肉や顔の筋肉が付き、口周りの筋肉がつくことで食事に必要な“噛む力”がつきます。顔の表情が乏しいと噛む力もなく、すぐ疲れてしまい、疲れるから食べる意欲もうすれていきます。食事量が少ない・食事が好きではないお子様の中には、このように食事に興味がないのではなく、疲れるから嫌煙していることや発達が未熟だから噛めないということもあるようです。

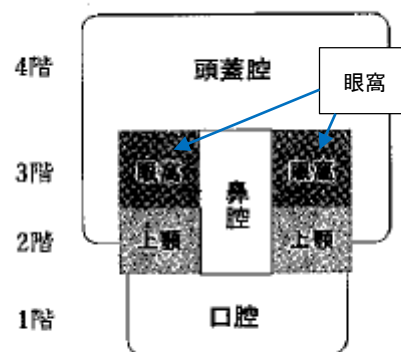
では表情を豊かにするにはどうすればよいのでしょうか。単純に周りの大人が表情豊かに話しかけてあげるだけです。昔からある「いないいないばあ」や「にらめっこ」は、まさに顔の変化や動きを大人と赤ちゃんで楽しむ、表情を伝える遊びです。「そういえば、そういう遊びをしたことないわ。」と思い当たる方がいらっしゃれば、今からでもぜひ遊んでみてください。子どもはいつだって、大人に目を向けてもらうことを喜びます。昔からの伝承遊びは知らずしてヒトの成長に適した要素をおさえている、すばらしいものです。

ヒトの顔は“4階建て”と言われているので(右表参照)、口周りを動かしたければ、まず乳児期に眼球を使うことが大事だとも言われています。寝たままの赤ちゃんの頭上に揺れるおもちゃをぶら下げるのは、単に興味を引いてあやすだけでなく、動くものを目で追う、という眼球の動きを刺激した効果的なおもちゃと言えます。

表情が豊かになると口の活動も活発になり、噛む力や話す力がつきます。食が増えると体の中から力もわいてくるので、相乗効果が得られます。

そして、なにより子どもの健やかで前向きな成長は、大人の安心感をもたらし、子育ての不安感が軽減されます。子どもの今の育ちは私たち

(図1) ヒトの顔は4階建て



引用文献 1) 馬場悠男「顔の進化」(2021)より改変引用

周りの大人の関わり方によって変化すると思えば、こうなってほしい子ども像(よく笑う、話が好き、友だちと喜んで遊ぶ等)のイメージを大人が見本として行動として見せてあげてください。

●ヒトとして繋がる・感じる

人間の行動は頭で考えて体の部位に伝達し、行動に移すと言われていますが、頭で考える前に“皮膚で物事を感じとっている”こともあるそうです。それは肌感覚として、ヒヤッとする危機や、包まれていたい温かさや幸福を感じた瞬間を皮膚が覚えており、その感覚を脳に伝え、脳がそれに繋がる行動を起こす指令をだすというものです。そう考えると、子どもたちへも身近なセンサーとして皮膚感覚を大切にしたいと感じます。皮膚感覚を大切にする＝子どもたちに単調でない豊かな経験を与えてあげることですが、豊かな経験は何もどこかにお出かけしなくても、お金と時間をかけていなくても親子だからこそ味わえる体験はいくらでもあります。そこは人として考える力を衰えさせたくない部分だと思います。



私たち教職員は、子どもたちの未来を考えて保育を行っています。教育は家庭と園が繋がってこそです。子どもたちには保護者様の心や関わり方が絶大な影響を与えているので、子どもたちに関わる全ての人の幸せを考えています。お子様と保護者、皆様のお力になれることを願っています。

子どもたちはたくさんのヒト(大人や同年齢の子どもも含めて)に囲まれ、もまれることで、一人では感じられない様々な経験をするからこそ、心が豊かに育ちます。ぜひ、保護者様には、一人で悩まず、気晴らしやグチ、悩みを打ち明けながら子育てを探ってほしいと思います。その相手はネットや AI ではなく、生身の人間であることを願います。AI のようなテンプレートな答え、型にはまったヒトにお子様になって欲しいのであればそれでも良いですが、やはりたくさんの人に囲まれ愛されるヒトになってくれることを願われていることと思います。ヒトは育てるように育ちます。お子様の未来を想像し、なって欲しい人間像を描きながら子育てに奮闘しましょう。そのお手伝いや伴走として少しでも幼稚園という場所がお力になれば幸いです。

今月の絵本 『ねむたいねむたい』 福音館書店
やぎゅう げんいちろう さく 定価990円(税込)

なすびやばなな、かぼちゃのこたちが“ねむたい”を訴えてから眠る様子が描かれています。

みなさんのご家庭では、どんな様子でお子様がお眠りにつかれていますか？子どもの寝顔ほど幸福感を味わせてくれるものはないと思います。今晚、たっぷりとお子様の寝顔を見て癒されてください。

次回ぶちっこぼるこのご案内

- 10月22日(木)10:00～
“観劇”
～劇団むうさんのミニ公演♪～
 - 12月19日(土)10:00～
“なりきりごっこあそび”
～「小人のくつや」と一緒にクリスマスパーティー♪～
- 毎月お誕生日のお祝いがございます！



《 お問い合わせ 》 “愛” みんなにいつまでも “LOVE” for You All, Forever
学校法人のぞみ学園
明王台シャローム幼稚園〔幼稚園型認定こども園〕(住所:福山市明王台1丁目2-7)
TEL : 084-951-6006

