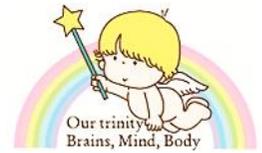


キッズ パーク レター

2021. 9. 17. No.246



Welcome to Atelier Kids Park!! つくろう “ゲンキ” Energy!

「『笑い』の可能性」

突然ですが、「笑い」と一口に言っても、その意味や原因、「笑い」に至るまでの環境はさまざまです。

そのうちの一つに、自分より弱い者に対するの“優越感による笑い”があります。「笑う者」と「笑われる者」という人間関係が成り立つうでの相手に不快感を与える笑いは「毒」です。笑いは副作用のない良薬と言われていますが、使い方を忘れると猛毒になってしまうこともあります。

また昨今においては、私たちを取り巻く環境も、日々変化を繰り返し、日常の不安や不満から笑いを忘れがちになってしまっています。感染症の感染リスクを負う生活の中で、子ども達が大声ではしゃぎながら遊ぶ、存分に笑い合うことも難しいなど、我慢を強いられる日々が続いています。



しかしながら、「笑う門には福来る」という昔からのことわざにもあるように、笑顔には特別な力があります。「笑い」は逆境への対抗策。どんなにつらく苦しい時でも、笑うことでエネルギーが補充され、失敗を糧にできるとされています。

また「笑い」は体の免疫力アップにつながるとも言われています。「笑い」が発端となって作られた善玉の神経ペプチドが、がん細胞や体内に侵入するウイルスなど、体に悪影響を及ぼす物質を退治しているナチュラルキラー(NK)細胞の表面に付着し、NK細胞を活性化します。その結果、がん細胞やウイルスなどの病気のもとを次々と攻撃するので、免疫力が高まるというわけです。

脳科学者の西剛志先生は、「親が笑顔でいること」で子どもの笑顔を引き出せると話します。人の脳は、ミラーニューロンという神経細胞を通すことで、自分が見ている人の感情を再現します。つまり、親が笑顔なら、子どももつられて笑顔になるのです。

純粋な楽しい笑いは、緊張や不安のない状況と安心できる人間関係がなければ生じないと考えられています。少しはしゃぐと叱られる、早く行動しなければ叱られるといった緊張感の多い雰囲気では、笑いは起こりにくい。こういったネガティブな要素を取り除き、安心して楽しく過ごせる環境を整えることがまず大切だと言えます。そのうえで、共に笑い合う経験はお互いの信頼関係を育むうえで重要だと

考えられています。そして、同じものを見て笑うという感情を共有することも心の成長のためにはとても大切です。楽しい経験をできるだけたくさん共有し、笑顔でいたいものです。

今の生活にマスクは必要不可欠です。しかし、マスクをつけていると相手の表情を読み取ることは難しくなります。そこで、マスクで口元が隠れていても思いを表現できるように、目元を意識した表情やボディランゲージなどを活用し、気を付けていきたいものです。

"We Shall never know all the good that a simple smile can do."

(笑顔には想像もできないほどの可能性がある)

マザーテレサの言葉にもあります。笑顔の力は無限大です。これからたくさんの経験を重ね成長していく子どもたちが、笑顔を忘れず、素敵な人生を歩んでいけることを願っています。



< 絵本のコーナー >

“一生のうちに「大好き」といえる絵本と出会うことができる子どもは幸せです。”と、ある児童書の専門家の講演を聞いた事があります。子どもと向き合い、一冊の絵本を読み終えた喜びや満足感を楽しんで頂ける様、毎回このコーナーで絵本を紹介させていただきます。

いいものみつけたっ！～おすすめの絵本編～

『そらまめくんの おやすみなさい』

出版社/ 小学館 定価(本体 850 円 +税)

なかや みわ 作・絵

よるになりました。そらまめくん達はみんな、それぞれ自分の特別なベッドに入ります。「またあした・・・」と眠る表情はとても幸せそう。お子様が、自分のベッドやお布団に愛着を持つきっかけになりそうな一冊です。



< 今後の子育て応援イベント予定 > ※感染症予防対策として、お休みしています！

◇ 天使幼稚園ホームページ「子育て応援メニュー」にて、最新情報をお知らせしております。

9月21日(火)※中止 エクササイズカキラ⑤ 10:00 ~ 11:00 ○ 要予約 参加費 1,000 円 ○ 定員 : 親子7組	9月22日(水)※中止 子育て絵本トーク⑥ 10:30 ~ ○ 要予約 参加無料 ○ 定員 : 親子7組	10月19日(火)※予定 エクササイズカキラ⑥ 10:00 ~ 11:00 ○ 要予約 参加費 1,000 円 ○ 定員 : 親子7組
--------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------

※各イベント要予約。ご予約は、お電話(084-923-1949)もしくは子育て応援メニュー「エントリーする」へ！



< お問い合わせ等 > 「遊びを通して 頭と心と体を たくましく育てる」

produced by 総幼研メソッドの幼稚園型認定子ども園 天使幼稚園

〒720-0831 福山市草戸町2丁目21-12 Tel. 084-923-1949