

# なべかけ



鍋掛公民館 家庭教育支援事業 第20号

【鍋掛公民館】

0287-60-1164

## 新学期

新学期が始まると、親子そろって何かと忙しく、会話の時間を持つのが難しいですね。お子さんは新学期になり、入学・進級・慣れない環境の変化により体調を崩してしまいがちです。心と身体に出やすい症状にはどんなものがあるのでしょうか？

### ♡心に出ている症状（一見すると見逃しがち）♡

1. 感情の起伏が大きくなる⇒感情の高まる時期と落ち込む時期の振り幅が大きい  
(精神的に疲れる)
2. 無表情の時が多くなる⇒お子さんは無表情でいることに気づいていないこともある。  
(親御さんの気づきがとても重要)
3. 何もしないでぼんやりする⇒お子さんのキャパシティを超えているかもしれません  
(お子さんを良く見ておく必要があります。)

### ◆身体に出ている症状（気づきやすい）◆

頭痛・腹痛・吐き気・嘔吐・発熱⇒病気なのかストレス性なのか見極める。

睡眠がうまく取れなくなった⇒寝つきが悪い(眠れない)・怖い夢・睡眠時間が大幅に増加・朝起きるのがつらい

### ◆今までと違うな?と思ったら◆

・お子さんの話を最後まで聞いてあげる⇒何かヒントになることがあるかもしれません。  
※低学年のお子さんでしたらスキンシップを取り入れながら、親子の時間を作る事もできます。・体調不良であることを学校側にきちんと説明しておきましょう。

### ★まとめ★

新学期を「楽しみだ!」という子もいれば、ストレスを感じる子もいるでしょう。お子さんのちょっとした変化を見逃さないように、日頃からの親子の会話を大切にしてください。



端午の節句（菖蒲の節句）はなぜ5月5日？

端午の端は「はじめ」という意味で、「端午（たんご）」は5月の最初の午（うま）の日のことでした。それが、午（ご）という文字の音が五に通じることなどから奈良時代以降5月5日が端午の節句として定着していきました。



兜・鯉のぼり・菖蒲・菖蒲湯・柏餅 由来

兜⇒男の子が病気や事故などの災厄を逃れ、力強く成長してくれること。身を守るためのお守りとして飾られた。

鯉のぼり⇒「健やかな成長と立身出世を願う」という意味が込められています

菖蒲⇒厄払いの菖蒲（しょうぶ）を、勇壮な剣に見立てる。

菖蒲湯⇒アサロンやオイゲノールといった精油成分が含まれていて、暑い夏も健康にすごせるといわれています。

柏餅⇒上新粉（うるち米の粉）を使ったあん餅を、大きなカシワの葉に包んだもの

※カシワは、新芽が育つまでは古い葉が落ちないことから「子孫繁栄」につながる縁起のいい植物。葉は食べない方がいいそうです。



5月8日（日）は母の日

アメリカの女性が亡き母の追悼会で捧げたことから、白いカーネーションが母の日のシンボルとして語り継がれている。（諸説あります）

日本で母の日が浸透したのは昭和初期の頃、日本や他国に浸透していく中で白いカーネーションを亡き母に偲ぶために用いたことや花言葉から赤色が主流に変わったとされています。また花言葉だけでなく本数にも意味があるそうなので、少し調べてみました。

1本「感謝」 2本「誠実」 3本「幸福」 4本「信頼」 5本「希望」 6本「愛情」

7本「情熱」 8本「真実」 9本「尊敬」 10本「栄光」 11本「努力」 12本「永遠」

これを見ると、本数が少なくても気にすることはありませんね。1本でもお母さんへの感謝や大切な気持ちは伝わりますので、この機会にプレゼントしてみるのもいいかもしれませんね(o^ー^o)

本年度も、少年教室わくわくチャレンジ塾・ダンス♪あそび塾の塾生をを募集いたします。少年教室わくわくチャレンジ塾では、色々な体験を通して学んでいただけるようにプランを作成しております。



ダンス♪あそび塾では、ヒップホップダンスを楽しく学べます。

どちらも別紙にて5月上旬頃に、内容の詳細や申し込み方法を配布いたしますのでご確認ください。たくさんの応募をお待ちしております。

