



こんにちは！ 子育て支援センターです



令和6年2月

大野市地域子育て支援センター

能登半島での地震の揺れに恐怖を覚えた年明け。続く余震に不安を感じ過ごした毎日でした。

今回の地震で大変な思いをされている方々の悲しみや不安が少しでも軽くなりますように祈り、自分にできることは何か考え行動していきたいと思えます。

さて、暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続きます。

今年は4年に1度の「うるう年」にあたります。太陽の動きと暦とのずれを調整するために、2月29日が追加される年です。

そして今年はオリンピックイヤーです。うるう年とオリンピックの年は重なっています。重なったことは偶然のようですが、覚えやすくいいですね。



* 伝統を彩る美しい日本の文化 *

小正月の縁起物「まゆ玉飾り」を支援センターの玄関に飾りました。



五穀豊穡や商売繁盛を願って飾りつける縁起物が「まゆ玉飾り」です。ミズキの枝に、もなかの皮でできたまゆ玉や小判などを飾りました。

繊維産業が盛んだったころの奥越では、市内の各家庭にも飾られていたようです。本物の蚕やまゆも見てみたいですね。

国産木材製のパズルを出しました。木のおもちゃは、ぬくもりが感じられます。

お友だちの反応はどうか？



「福笑い」楽しいよ！（職員の手作り）

「おめめはこのへん・・・」 「できたよ！できたよ！」「おもしろいね！」



「幸せホルモン」をご存じですか？



たくさん笑う人の脳では「幸せホルモン」と呼ばれる脳内物質セロトニンが増えます。セロトニンは、多少の苦難は「まあ、いいか」と笑い飛ばせるエネルギーのもとになります。

また、笑うとドーパミンという脳内物質も増え、「大変だけど頑張ろう！」という気持ちの支えになります。大人が笑顔がたくさん見せることで、子どももたくさん笑顔を見せるようになります。笑っている子どもにつられて大人も笑ってしまうことがよくあります。笑いの連鎖は、みんなの心をポジティブな感情で満たします。笑顔のある家庭の温かさは、人を思いやる心を育むことにもつながります。