

こどもの城 ニュース

KODOMO NO SIRO
NEWS

2006・2・15 No. 168 発行／(こどもの城)広報部 ☎03-3797-5674
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-53-1



街のシンボル、天安門広場は外国人観光客のみならず、地元の人々にとってもかっこうのいいこの場。小さな子どもを連れたファミリーが記念写真をとったり、散歩したり、なごやかな世界。
広場から郊外に帰るとちゅうの男の子は、地下鉄車内で少々つかれぎみ。それでも地上の渋滞道路に比べれば、時間どおりに走る電車は快適だ。母親に席をゆずって、鉄棒にしっかりとつかまっている。明後年の北京五輪に向けて、交通整備は急ピッチですむ。
(中国／写真・文＝平早勉)

「こどもの城」の「健康スポーツ教室〈太りすぎクラス〉」

“生活習慣”を見直す

〔こどもの城〕では、健康な生活習慣を身につけて太りすぎの改善に役立ててもらおうと、開館以来「健康スポーツ教室〈太りすぎクラス〉」という講座を開催しています。小児保健部の医師・管理栄養士などの医療スタッフと体育事業部の運動指導スタッフが協力して、健康・食事・運動など子どもの生活全体にわたって見直しを行い、太りすぎの改善をはかる教室です。最近では、太りすぎという視点からだけでなく、生活習慣の改善という視点から活動に取り組んでいます。



親子いっしょに医師による生活指導を受けます

家族もいっしょに——

太っていると、動き回るのがおっくうで引込み思案になり、友人関係がうまくいかなくなることもあります。また、健康面では、高血圧症や糖尿病(Ⅱ型)などの“生活習慣病”になりやすいと言われています。「健康スポーツ教室〈太りすぎクラス〉」では、太りすぎを改善するために、子どもだけでなく家族もいっしょになって、食事や運動などの日常生活を見直し、健康な生活習慣を身につけるようにしています。食事や運動を含めた生活全体を改めることで、太りすぎが改善されることが多いからです。

血液の検査も行います



食事の傾向は——

緑黄色野菜が少なく、たんぱく質が多い

「健康スポーツ教室」のプログラムは、生活指導と運動指導の2つに大きく分けられます。生活指導は、さらに医学的指導と栄養指導の2つに分かれ、それぞれを小児保健部の医師・管理栄養士が担当して、親子いっしょに相談を受けます。

栄養指導のために、毎月1回、2日分、間食もふくめて食べたものをすべてリストアップしてもらっています。それをもとにエネルギーや栄養バランスなどを調べ、管理栄養士が個別に栄養指導を行います。「全体的に、野菜——とくに緑黄色野菜が

少なく、たんぱく質が多い傾向があります。おかしが多かったり、牛乳が多かったりという、かたよがりがある家庭もあります。栄養指導を続けていくことで、食品の種類も増え、バランスのよい食生活へと変わっていきます」と太田百合子管理栄養士。子どもたちも“食べる”ことに興味が高いため、興味をもって学習していきます。これだけ運動したから、〇〇カロリーまでは食べられる——というような計算を自分でするようにします。



毎月1回、身体計測

体育室とプールで運動プログラム

運動の指導は、毎週土曜日の夕方。体育室とプールを交代で使っています。太りすぎの子どもたちが苦手な体の動きをさりげなく取り入れながら、楽しく元気に運動が楽しめるようにプログラムを工夫しています。体育室のときは、万歩計をつけて時間内に何歩歩いたかもチェックをしています。

「生活調査では、1日に何歩歩いたかを記入してもらっています。この教室に通いはじめたばかりの子ども



運動指導は体育室とプールを使って行います

のなかには、2千歩に満たないケースもあります。しかし、長く通っている子どもは、めやすである1万歩をらくにクリアしています」と太田管理栄養士。大人の事務系の人の平均が4~5千歩と言われているので、いかに動いていないかが分かります。

年3回は親子で外出プログラム

〔こどもの城〕館内での運動プログラムだけでなく、年3回の親子での外出プログラム、子どもだけの夏の合宿があります。「外出プログラムは、親子で体を動かして遊ぶことを体験してもらおうというねらいもあります。親子で遊ぶ機会が少ないようなので、休日の過ごし方を考えるきっかけになればと思っています」と太田管理栄養士は話します。

「夏の合宿では、自分のことは自分で——自立してもらいたいと考えています。太っていることが悪いことのようにされて、ほめられたことがない子どもが多いんです。さまざまなプログラムをなしとげたことをほめてあげると、それが自信になっていきます。」



「外出プログラム」では、体を動かす遊びを楽しみます



毎月1回、医学的な指導を行う

小児保健部の医師による医学的な指導(身体計測、腹囲・血圧測定、診察など)は毎月1回行っています。血液と尿の検査は年度はじめに1回行い、その後は、経過観察が必要な人だけ定期的に検査しています。

医師による指導は、これらのデータを参考にして行われます。成長期にある子どもの太りすぎは、体重の増減だけを見るのではなく、身長ものびて

いるので、身長と体重の両面からみていかなければなりません。太りすぎが改善されているかどうか、健康面の心配はないかなど、生活全体にわたって指導しています。

「1年間で肥満度を10%以上減らすことを一つめやすにしていますが、この教室にかよって1年以上たつと、生活習慣も身につけてきます。すると8~9割の子どもの太りすぎが改善されます」と、健康な生活習慣を身につけることが大切だと太田管理栄養士は話しています。

こどもの城の講座とクラブ

(こどもの城)では、子どもたちの持っている可能性を引き出し、たくましく、健やかに育ってほしいという願いを込め、子どもの“育ち”をサポートする講座を開催しています。

2006年度版(平成18年度)

第1期受講生 2月23日(木) 受付開始!

午前10時から

お問い合わせ ☎03-3797-5666

<http://www.kodomo-no-shiro.or.jp/>



ふれあいを大切にしながら、子どもたちの“育ち”をサポートする(こどもの城)の元気いっぱいの講座・クラブ——4月から始まるコースの受講生を募集します。(こどもの城)のさまざまなところでスポーツ、音楽、造形などの“遊びのプログラム”を実践しているスタッフが中心となって指導。楽しさいっぱい、仲間もいっぱい講座・クラブです。

親子で一緒に参加するもの、幼児・小・中・高校生の子どもたちを対象にしたもの、そして子どもを取り巻く大人たちを対象としたものまで、さまざまなコースがあります。くわしくは「講座・クラブ受付」へお問い合わせください。パンフレットも用意してあります。また、夏休みや春休みには短期集中型(1~5日間)のコースも開催。さらに、専門指導者向けの講習会・セミナーなども行っています。

人と地球の、自然なサイクルのために。

人と自然が調和する持続可能な社会の実現をめざして、富士通グループ15万人、ひとりひとりの力をすべて結集します。私たちは、最先端のITと、環境テクノロジーをベースにお客さまにご提供する製品、ソリューション、マネジメントなど事業活動の全領域を通じて、さまざまな環境活動を行いながら、豊かな地球環境の未来を創造していきます。

すべてをグリーンにします

jp.fujitsu.com/about/eco



FUJITSU

THE POSSIBILITIES ARE INFINITE

こどもの城となかまたち

グループの援助者である 児童厚生員の役割を見直しました

こどもの城児童厚生員等実技指導講習会開く

「児童館のグループ活動～仲間同士の力をいかにするために～」をテーマに、平成17年度第3回こどもの城児童厚生員等実技指導講習会が1月25～27日に開かれました。全国各地から33人の児童厚生員などが参加し、グループワークトレーニングやワークショップをとおり、グループの援助者である児童厚生員の役割を見直しました。

グループというのは、構成メンバーや活動内容などの違いでさまざまな形が考えられます。したがって、「正しいかわり方」という決まった答えがあるわけではありません。だ

からこそ、確かな技術と理論が必要になってきます。よりよい働きかけを考えるための基本となる、ものの考え方や援助技術などを体験的に学びました。

最初は、吉澤英子大正大学名誉教授の講義「子どものグループ活動を見つめる視点～子どもの関係づくりを促進するために～」。児童厚生員というのは、児童館に来る子どもたち(グループ)への働きかけをする「グループワーカー」の機能を持っていることを前提に、関係作りを促進する視点を整理して講義しました。子どもは成長過程のプロセスにあります。年齢によって、子どもの欲求や能力、興味は変化するので、そ

れぞれの特徴を理解しながらプログラム素材を考えたり、グループワーカーとしてのかかわり方を考えていく必要があるのではないのでしょうか。学校と違う場で、集団が子どもたちを育てるような方向にグループワーカーとして持ってほしい」と吉澤名誉教授。



折り紙作品作りに取り組み、グループのメンバーが観察。その後、意見交換

2日目は、グループワークトレーニング(GWT)とワークショップ。他者を知る、自分を知る、自分の役割を見つける—を目標に、数人のグループに分かれて課題に取り組み、そのときの自分を含めたメンバーのようすをふりかえりました。グループには、課題達成機能「リーダーシップ(パフォーマンス)」と集団維持機能「メンバーシップ(メンテナンス)」の2つの働きがあり、グループの中ではそれぞれのメンバーがこの2つの働きを往々来する形で活動しています。作業分担を明確にして、積極的に自分の役割を担うことがグループのなかで大切であることを学んでもらいました。

GWTでは、グループ全体で課題に取り組み、それを解決。その後、グループで活動しているときの自分の役割や他の人の動きなどをふりかえりました。最初の課題では、ふだんしている何気ない声かけなどが、グループの活動を深めたり、参加意欲を高めたりする働きをしていることなどを再確認。さらに、2日目の課題では、それぞれが役割を分担して積極的に取り組むことの大切さを確かめました。

ワークショップでは、共同折り紙作品を作ることを題材に、どのような作品にするかの相談・アイデア会議、折り紙を折って実際の作品に作り上げる作業の2段階に分けて、1つのグループが活動しているようすを別のグループが観察。グループ活動を援助するグループワーカーとして、GWTで学んだことをふまえて活動のようすを注意深くチェックしました。その後、観察されていた人と意見交換。互いの評価を話し合うことで、観察の視点を考える機会となりました。

グループ活動の機能や役割を知ること、活動の質を高めるためにはどのような働きかけをすればよいのかなど、児童館を利用する子どもたち(グループ)への働きかけの大切さを再確認すると同時に、その基本を考える講習会となりました。



こども歳時記～桃の節句 3月3日まで/造形スタジオ
2月25・26日/プレイホール みんなでひなまつり

3月3日は「桃の節句(ひな祭り)」。造形スタジオとプレイホールでは、日本の伝統的な行事「桃の節句」にちなんだプログラムを行います。

造形スタジオでは「こども歳時記～桃の節句」が、3月3日まで行われています。親子コーナーでは、牛乳のテトラパックの形をした「テトラびな」(写真左)、子どもだけで作るコーナーでは、くるりと回転してだいたいびなが入れ替わる「くるりびな」(土・日曜日/小2以上)が行われています。プレイホールでは、2月25・26日に「みんなでひなまつり」。奈良時代から、今の桃の節句にあたる

「上巳の節句」(陰暦3月上旬の巳の日)に、自分の災厄を引き受けさせた紙の人形(ひとがた)を川に流すという風習があり、この人形がひな人形のルーツとされています。場所によっては、今も「流しびな」の風習が残っているところもあるそうです。「みんなでひなまつり」では、千代紙模様の折り紙で「立ちひな人形」を作るワークショップを行い、桃の節句に込められた日本人の思いを見直します。開催時間は、両日とも11～4時。



参加者募集中
初めてでも合奏を楽しめる “ガムラン”の体験ワークショップ 2月26日 Aスタジオ

インドネシアの民族音楽・ガムランの体験ワークショップが、2月26日にAスタジオで開催されます。直径が1mほどもある大きなゴング(どら)、鉄琴のようなサロン、なべをひっくり返したようなクノンやボナン—いずれも青銅で作られた打楽器—、さらに木と皮でできた太鼓のクンダンも加わり合奏します。青銅という金属の打楽器を中心にしたオーケストラといえます。

広い国土を持つインドネシアには地方ごとにさまざまなガムランがあります。[こどもの城]では、ゆったりとしたリズムと響きが特徴的なジャ



声を合わせて「おには～そと、ふくは～うち」

「節分会大まめまき大会」が、1月28・29日の両日、プレイホールで行われました。福の神から節分のいわれを聞いてみると、突然、赤鬼青鬼が現れて大暴れ。福の神をさらって行ってしまいました。福の神の話を思い出し、福の神を追いかけた鬼たちめがけて「おには～そと」。ひと足早く節分を祝いました。

「保育活動展～こどもようパートⅢ」終わる

[こどもの城]の保育プログラム「保育クラブ」「幼児グループ」の活動を子どもたちが作ったものや写真などとおして紹介する「保育活動展～こどもようパートⅢ」が2月1～12日にギャラリーで開催されました。同じ曜日に保育に参加する1・2歳児が作った「みんなの木」(写真下)も展示されました。



ファミリーアドベンチャー 2月21日正午から先着順に受け付け 3月12日に「パークアドベンチャー～春はすぐそこに～」

家族同士がふれあいながら、太陽のもとで心躍る「プチ冒険」を楽しむ「ファミリーアドベンチャー」。3月12日には、千葉県立柏の葉公園(柏市)で「パークアドベンチャー～春はすぐそこに～」を開催します。身近な自然のなかから春を探す「写真オリエンテーリング」を中心に家族で楽しむプログラムです。

柏の葉公園は計画面積45haに及ぶ広大な敷地を持ち、自然・文化・スポーツが楽しめるさまざまな施設が整備されています。桜の広場、冒険のトリテ、日本庭園、西洋庭園、ボート池、野鳥観測所のほかに、テニスコートや体育館、J1柏レイソルが公式戦で使う総合競技場などもあります。

開催要領は下記のとおり。2月

21日正午から先着順に電話で受け付けします。

□日時□3月12日(10時30分に、つくばエクスプレス線・柏の葉キャンパス駅西口改札前に集合。3時ごろ、柏の葉公園で現地解散。雨天中止)

□場所□千葉県立柏の葉公園(千葉県柏市4-1)

□対象□当日4歳以上の子どもとその家族(含む祖父母)15組

□参加費□子ども500円、大人1,000円(集合・解散場所への交通費などは自己負担)

□受け付け開始日時□2月21日正午から先着順に電話で受け付け(1回線につき1家族)

□お問い合わせ・お申し込み□体育事業部【03-3797-5660】(担当=大関)

L.I.T.の高校生がオーバーナイトハイイクに挑戦 雨でコース変更も、翌朝は日の出楽しむ

[こどもの城]を活動の場としてボランティア活動の意義や喜びを体験的に学ぶ「L.I.T.(Leader In Training)」の高校生が、1月14・15日にオーバーナイトハイイクを行いました。真冬の夜中に30kmを超える距離を踏破するというプログラム。自分の限界にチャレンジして自分を知るきっかけにすること、仲間と一緒に励ましあいながら共通の目標を達成することでグループとしてのきずなを深めることを目的に行っています。

予定では、京浜急行三崎口駅から観音崎青少年の村まで三浦半島の先端部をまわる33kmのコースを予定していましたが、当日はあいにくの雨。コースの途中にある京浜急行久里浜駅からスタートする約8.6kmにコース変更して行われました。出発時間の8時30分ごろに、やみかいていた雨が急に強くなり、久里浜海岸に着

くころには全員びしょ濡れ(写真)。それでも元気に観音崎を目指し、ゴールする真夜中ごろには星空も見えました。青少年の村で仮眠し、翌朝は、東京湾から昇ってくる太陽をながめ、半月遅れの「初日の出」を楽しみました。



平成18年度 「児童福祉週間」 大切だよ 信らること されること

「児童福祉週間」が制定されて60周年の節目にあたる平成18年度の標語が「大切だよ 信らること されること」に決まりました。

全国から寄せられた5,466作品のなかから、最優秀作品に選ばれたもので、埼玉県渋谷さきさん(9歳)の作品。児童福祉週間の中央行事「こいのぼり掲揚式」で、厚生労働大臣から表彰状と記念品が贈呈される予定です。

児童福祉週間は、5月5日の「こどもの日」からの1週間。子どもや家庭、子どもの健やかな成長について国民全体で考えることを目的に、児童福祉の理念の普及・啓発のための各種事業・行事を行っています。

青山劇場 03-3797-5678 http://www.aoyama.org

●SHINKANSEN☆R「メタル マクベス」
▽5月16日～6月18日▽S席=12,000円、A席=9,500円、Z席=6,500円 (間)0570-00-3337

●青山円形劇場
●オペラシアターこんにゃく座公演「オペラロミオとジュリエット・瓦礫のなかの」
▽2月16～19日▽5,500円(当日=6,000円) (間)03-3412-7202

●日本映画学校 併機科18期演劇公演「夜を賭けて」
▽2月23～27日▽2,000円 (間)044-951-2511

●リーディング&ミュージック 南の島のテ

イオ・3「ホセさんの母ねん」
▽3月1・2日▽4,500円、学生(高校生以下)2,000円、親子ペア券5,500円 (間)03-3478-9999

●中西俊博「Leapingbox2006～音の実験室～」
▽3月3・4日▽6,000円(当日=6,500円)、両日通し券10,500円 (間)03-3481-0506

●Aoyama First Act #7 innerchild vol.11「パンダ」
▽3月7～13日▽3,200円(当日=3,500円) (間)03-5791-3220

●少年社中 第16回公演「光の帝国 THE EMPIRE OF SHINE」
▽3月24～28日▽3,000円(当日=3,300円) (間)070-6636-4657

●ミュージカル・レビュー「ダウタウン・フォーリーズ VOL.4 THE BEST SCENE & SONG SELECTION」
▽4月4～16日▽8,000円 (間)03-3498-9999

ャワ島のガムランを取り上げて、日本でただ一つの子どものための「ガムラン講座」を行っています。初めての人でも演奏できる打楽器を使って、みんなで合奏することの喜びが直感できるガムランは、音楽を楽しむ基本となる要素を自然に体験できると考えるからです。その楽しさを多くの人に体験してもらおうと、体験ワークショップを開催します。

ジャワガムランの響きは、金属製の打楽器とは思えないほどやわらかく、あたたかく私たちに包み込みます。テンポもゆったりとしています。楽譜はありません。互いの音を確かめあいながら、みんなで音を紡いでいてジャワガムラン特有のゆったりとした豊かな響きを作りだします。耳慣れない音楽にちょっととまどうかもしれませんが、他の人が出す音に耳を傾けながら自分の音を重

ねていくうちに、自然に大きな響きのなかに引き込まれていきます。合奏の楽しさ、おもしろさ、そして全身を包み込む響きの心地よさがガムランの魅力です。

ガムラン体験ワークショップは、小1～高3の子どもと保護者が対象です。参加費は無料(入館料のみ)。時間は4時～5時30分。指導は「ガムラン講座」の講師のみなさん。定員は15組で、先着順に受け付けています。詳しいことは、音楽事業部【03-3797-5663】へお問い合わせください。

【4月1～5日(5日間連続)】 4・5歳児と小・中学生の2コース 春休み子ども集中水泳講習会の受講生募集

「春休み子ども集中水泳講習会」が4月1～5日(5日間連続)に開かれます。小・中学生対象のAコースと、4・5歳児対象のBコースの2つのコースがあり、よりよい泳法を学びます。

【日時】4月1～5日(5日間連続) / Aコース=9時30分～10時30分、Bコース=10時30分～11時30分

【場所】地下2階プール

【対象・定員】Aコース=小学校1年生～中学校3年生(4月からの新学期)50人 / Bコース=4・5歳児(4月1日現在の年齢)40人

【受講料】7,000円

【申し込み方法】2月21日10時から、講座・クラブ受付(1階)で先着順に受け付けします。

【お問い合わせ】体育事業部 03-3797-5660

アートスケープ展2006 2月23日～3月12日 ギャラリー

首都圏のインターナショナルスクールの子どもたちの合同美術展「アートスケープ展2006」が、2月23日～3月12日(2月27日、3月6日の月曜日は休館)に[こどもの城]1階ギャラリーで開催されます。[こどもの城]での開催は今回で21回目となります。

日本で生活している数十か国の子どもたちが、絵画・版画・写真・陶芸などさまざまな表現方法を使って制作した、数百点の平面・立体作品を展示。作品をとおり、いろいろな国の同年代の子

【アートスケープ展】の会場(昨年)

もたちとふれ合うことができます。首都圏にあるインターナショナルスクールほか十数校が出品を予定しています。

Bスタジオの催し

2月19日 手作り楽器のワークショップ「フィルムケースの笛」 1時30分～2時、3時30分～4時

フィルムケースを使った「かっこう笛」。幼児から参加できます。時間内随時受け付け。

2月26日 不思議な映像実験室「絵が動いてみるおもちゃの展示とワークショップ」 11時～5時

3月12日 こどもの城映画劇場特別企画 「中国の墨絵アニメーション」

世界にはその国や地域の伝統・文化をふまえて、個性あふれる表現方法を取り入れたアニメーション作品が数多くあります。中国の上海電影スタジオで作られた「墨絵(水墨画)」のアニメーションもその一つ。墨の濃淡やぼかしなどで表現する墨絵は、山水画に代表される中国で生まれた絵画。上映作品・時間は下記のとおり。作品タイトルは上映フィルムに付けられたもので、()内は一般的に知られているタイトルです。(財)児童健全育成推進財団「平成17年度子ども映画祭」事業。

ママ!? ママはどこ? (おたまじゃくしがお母さんを探す) / 15分 / 盛徳(監督) ... 11時35分

山の音・夢の詩 (『夢と少年』 / 19分 / 盛徳(監督) ... 11時35分

仔鹿と少女と鈴の音 (『鹿鈴』 / 20分 / 唐澤(監督) ... 3時35分

映画やビデオのルーツ「動いて見えるおもちゃ(視覚が具現)」の、さわって、見る展示と3種類のワークショップ。

ソーマトロープを作ろう (11時30分～12時30分)

ピンホールカメラを作ろう (1時30分～2時30分)

フィルムに絵を描こう (3時30分～4時30分)

3月5日 手作り楽器のワークショップ「フィルムケースの笛」 1時30分、3時30分

1時30分の回が「回す鳥笛」、3時30分の回が「かも笛」。小学生以上、定員は各回30人。15分前から音楽ロビーで受け付けします。

3月21日 こどもの城映画劇場「カナダのアニメーション」 11時35分、1時35分、2時35分、3時35分

世界的に高い評価を得ているカナダのアニメーションを上映。

欲張りフルーゼイ(17分35秒、Evelyn Lambert(監督)、砂の城(13分12秒、Co. Hoedeman(監督))

おもしろビデオ館 金曜日 3時30分～4時 Bスタジオ

親子で楽しむ「ミニビデオシアター」。2～4歳くらいの子供向け作品を選んで上映。

【日本の歌とお話】

2月17日:とんできたバナナ

24日:こゆび

ナマズの使い

【名作アニメーションズ】

3月3日:キッズキャッスル

ふしぎなエレベーター

10日:リトルウルフ

パベルの本