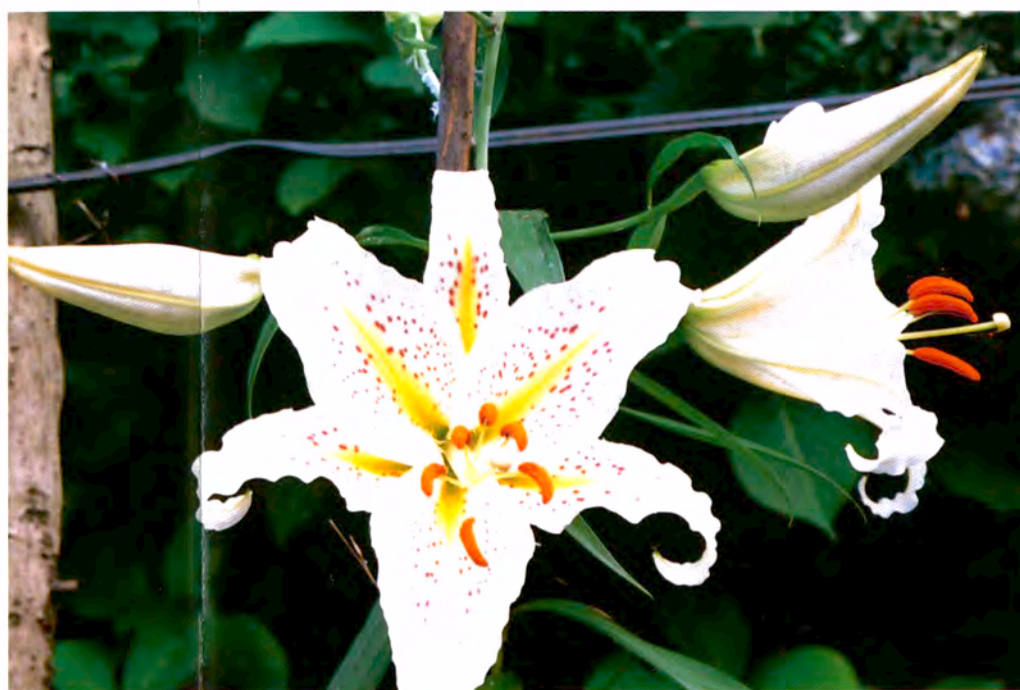


こどもの城 ニュース

1999.8.15 No. 97 発行/(こどもの城)広報部 ☎03-3797-5666
〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-53-1



「やまこにほ」

神奈川県の花に指定されているヤマユリです。夏になると茎の先端に、大きな白い花をたくさんつけます。あまり多くつき過ぎて、頭がたれてくる姿がみられます。

頭が重たくて、風によく揺れるところから、ユレユレと変化したようです。美しく繊細なさまをこの花にたとえることが多く、名前にも使われています。

地下にあるウロコ状の鱗茎(りんけい)は一般にはユリ根は食べられません。(こどもの国=横浜)



“太っている=病氣”ではないけれど…

“太っている=病氣”ではありませんが、そのままにしておくとう心臓病や動脈硬化、糖尿病などの生活習慣病に結びついてしまうことがあります。また、見ためや動きが悪くなり、運動が苦手になることで、まわりからいじめられたり、仲間はずれにされたり、心に傷を負ったりすることもあります。

増加傾向にある子どもの肥満

性別や年齢、身長にあわせて、体重の標準的な目安があります(標準体重)。これを基準に、どの程度太っているかを肥満度という数値で示します。一般に、肥満度20%~29%が軽度肥満(服を着た状態では目立たないが、裸になると「やっぱり太っている」という感じ)、肥満度30%~49%が中等度肥満(明らかに太っていることが分かるが、運動に差し支えるほどではない)、肥満度50%以上が高度肥満(太りすぎが明らかで、動くのがたいへんじゃないかという印象)とされています。

最近、肥満の子どもの増加傾向があります。なかでも、高度肥満とされる子どもの増加が目立っています。血液検査をすると、高脂血症、高コレステロール血症、そして肝機能の低下を示す値がでることが少なくありません。1年間に体重が急に増えてしまったり(5~6kgぐらゐ)、肥満度30%以上の人は注意する必要があります。

太りはじめるのは幼児期!?

〔こどもの城〕の「健康スポーツ教室」やクリニックを訪れた太りすぎの子どもたちを調べると、約90%が幼児期に太りはじめていました。特に、3~4歳のころというのが目立ちます。ちょうど、動きも活発になり、生活リズムを身に着けるころと重なります。親の生活時間に合わせて夜更かししたり(夜食をとるようになり、1日3食でおさまらなくなる)、体を動かして遊ぶ機会が少なかったり一と、さまざまな要因が考えられます。

自分の体を自分でコントロール!

“太りすぎ”を予防したり、改善するためには、食べること(栄養)だけでなく、運動や生活のリズムなど生活全般にわたる見直しが必要です。〔こどもの城〕の「健康スポーツ教室~太りすぎクラス」では、医学・栄養・運動・心理のそれぞれの専門スタッフが協力して、無理なく太りすぎが改善できるように指導しています。



「健康スポーツ教室」の運動プログラムは、体育室(写真上)とプール(写真下)で。スポーツ(体を動かすこと)の楽しさ、おもしろさを体験します。

「給食ではほうれん草を食べるのに、家では食べないという子どもがいました。母親と子どもと私の3人で話しているうちに、給食で食べたほうれん草は、ゴマ和えであることが分かりました。同じ材料でも、調理法を変えることで、食べるようになったりします。親子で話し合うことも大切です」と、担当の太田百合子管理栄養士。栄養相談をしていくうちに、改善が必要となるものははっきりしてきます。おかつの工夫、食べる量の取り決めなどを親子で話し合い、子どもが自信をなくさないように援助することが必要です。そして、指示されたことを守るという消極的な姿勢ではなく、健康障害につながることを本人自身が理解して、自分から管理するようになることが大切です。

「健康スポーツ教室」でみんなで取り組む

〔こどもの城〕の「健康スポーツ教室」は、医学、栄養、運動、心理の専門スタッフが、それぞれの専門性を生かして、太りすぎの改善をめざします。経験豊富な専門医が健康面のチェックと医学的な指導、栄養士は家庭での食生活や栄養についてコンピュータで分析、食習慣の指導を行います。また、毎回、水泳と体育の運動プログラムがあります。体重を減らすだけでなく、体力のある体作りをめざした“スポーツ遊び”を中心とした楽しい活動です。

「健康スポーツ教室」の詳細は、〔こどもの城〕小児保健部 ☎03-3797-5667へお問い合わせください。



「健康スポーツ教室」の経験をふまえて、栄養士や養護教諭などを対象に、運動プログラムの実技を含む「小児肥満のための指導者講習会」も行っています。

生活のリズムを整えることが大切

〔こどもの城〕小児保健部

太田百合子管理栄養士の話



幼児期の食欲は、生活リズムと関係しています。早起きの子どもは、朝食もよく食べ、午前中から体を使って遊びます。そして、なんにでも興味をもち意欲的に毎日を過ごします。反対に、夜更かしの子どもは朝からぐずぐずして、一日中ボーッと過ごすことが多く元気がありません。朝からの生活リズムを整えれば、やがて“おなかやすく”“食べたい”という基本的な生理がそなわっていきます。肥満幼児の場合も、生活習慣を朝型にかえるだけで、肥満度が低下することがわかっています。

この秋銀座ファミリアは生まれ変わります

1999年9月19日(日)
銀座ファミリア新店
オープン!

新店住所: 銀座5丁目7-10
ニューメルサB1
電話: 03-3574-7111
営業時間: 11:00~20:00

ベビー用品と子ども服 **ファミリア**

きょうから、楽ちん。

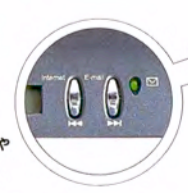


FMV
DESKPOWER

“楽ちんボタン”で一発インターネットの

FMV新登場。

“楽ちんボタン”でインターネット、メールチェック、音楽CDの操作がすぐできる。さらにインターネット3ヵ月使い放題*1や「タッチおじさんメール」もついてくる。



FMV
BIBLO

◎インターネット3ヵ月使い放題*1

夢をかたちに
情熱と創造の富士通

Intel, Intel Insideロゴ, Pentium, Celeronは、Intel Corporationの商標または登録商標です。Microsoft, Windowsは、米国マイクロソフトコーポレーションの米国およびその他の国における登録商標です。その他の名称については、一般に各開発メーカーの商標です。FMVは、当社の新しい環境評価基準(リサイクル、省エネ化、材料選択など)をクリアした地球にやさしい「グリーン製品」です。西暦2000年問題については「西暦2000年問題」とその対応に関する情報をインターネットにて提供しております。富士通パソコン情報ページ「FMV WORLD」内の「西暦2000年対応(パソコン)」http://www.fmwORLD.jp/support/fm2000/index.html FAX 本広告の製品カタログをFAXにてお送りしています。手番: 043-299-3642 大坂: 06-6949-3270 (資料番号/デスクパワ-1141、ビブロ:1151) ホームページ http://www.fmwORLD.jp/ 本広告の製品カタログご希望の方は、ハガキに郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・性別・ご希望になった機種のうえ、〒100-8693 東京都中央区郵便局 1253号 資料請求係までお送りください。

FMV-DESKPOWER C/SOL: ●Pentium®IIIプロセッサ-500MHz ●15型デジタルTFT液晶 ●64MB SDRAM ●84GB HD ●Windows®98搭載 ●オープン価格
FMV-BIBLO NE/S3L: ●モバイルIntel®Celeron™プロセッサ-366MHz ●14.1型TFT(1024X768ドット) ●64MB SDRAM ●84GB HD ●Windows®98搭載 ●オープン価格
*1: 本広告に記載されているパソコンにプレインストールされている「はじめよう!」インターネットによるインフォウェブへの新規加入のみ対象です。加入月は、加入日にかかわらず1ヵ月として計算いたします。その他詳細については、最新カタログにてご確認ください。



わたしたちの“ねがいごと”

アニメなどのヒーローになりたい(3-5歳)

高学年は「いつまでも“友だち”で」が目立つ

七夕行事で子どもたちが書いた短冊から

【こどもの城】プレイホールで7月3～7日に行われた七夕行事「天までとどけ ねがいごと」に、今年もたくさんの方が参加。おもいおみの願い事を書いた短冊900枚以上が、プレイホール内の竹飾りに結び付けられました。

今回、初めての試みとして、どのような願い事を短冊に託しているのかを集計してみました。

0～2歳児は、保護者が代筆することになり、願い事も「大きくなりますように」「早く歩けるようになりますように」など、体のことが第1位。“我が子へのおもい”を託するものが多くみられました。それも、「元気」「よい子」などの一般的なものだけではなく、「歩く」「しゃべる」など具体的なものが目立ちました。

自分の願いや希望を書くようになるのが3～5歳の年齢層。特に、5歳ごろから、テレビアニメなどのヒーローからキー屋さん、ピアノの先生など“なりたいもの(職業など)”が第1位になります。第2位の体のことについても「元気で過ごせますように」「よい子になれますように」というような表現が多くなっています。

小学校低学年(6～8歳)になると、遊びや習い事が「うまくいきますように」が第1位。“なりたいもの”は第2位ですが、架空のものだけでなく、「スポーツ選手」「医者」「有名人」などテレ

ビなどによく登場する職業や「保姆(幼稚園の先生)」「ピアノの先生」「お花屋さん」など身近な職業が多くなります。

高学年(9～11歳)になると、ふたたび“なりたいもの”が第1位になります。「マンガ家」「イラストレーター」「獣医」など、より具体的にってきます。この年代で目立つのは「いつまでも○○と友だちでいられますように」という願い。“友だち”の存在が大きくなってきます。



おもいおみの文字で願い事を書いた短冊を飾りました。

こどもの城となかまたち

10月20～22日に児童厚生員等実技指導講習会

児童館の手作りおもちゃ～創って遊んで考える

平成11年度第2回の「こどもの城児童厚生員等実技指導講習会」が、10月20～22日の2泊3日の日程で開催されます。児童厚生施設などに勤務する児童厚生員などの指導職を対象としたもので、現場ですぐに役立つような実践的な内容の講習会です。テーマは「児童館の

手作りおもちゃ～創って遊んで考える」。“つくる”活動は、児童館で積極的に行われているプログラムのひとつ。今回は、素材・題材・遊び方など、さまざまな角度から“つくる”活動の可能性を実技とおして考え、遊びの幅を広げていきたいと考えています。身近な素材を使ったおもちゃ作

り、段ボール工作の実際、人形を作って遊ぶ活動などのワークショップのほか、“遊び空間”としての児童館のあり方の検討、参加者(施設)の間で情報交換会などを開催する予定です。

9月7日の午前11時から電話で先着順に受け付けします(定員になり次第締め切ります)。定員は50人、参加費は1人35,000円(宿泊費などを含む)。お問い合わせ先・お申し込みは、こどもの城企画研修部【☎03-3797-5665】へ。

夏休みの一日ワークショップ参加者募集中!!

ゆっくり時間をかけて、制作に取り組み夏休みのワークショップ。楽器作りや竹を使った造形活動などさまざま。定員に余裕のあるものもあります。ご確認のうえお申し込みください。■親子でたたこう アフリカン・タムタム 8月15、21、22日/2,000円 ■作って合奏手作り楽器 竹のオルゴール“ピンジュカン” 8月16、17、23、24、29～31日/2,500円 ■作って合奏手作り楽器 竹のハンドベル“アン

クルン” 8月20、25～28日/2,500円 ■虫を作ろう 羽ばたく虫 8月15～22日/1,500円 ■虫を作ろう 歩く虫 8月23～31日/1,500円 ■素材との出会い展「竹と造形」夏休み一日造形教室 プログラムD “からくり竹” 8月17～21日/5,000円 ■素材との出会い展「竹と造形」夏休み一日造形教室 プログラムE “竹で生活” 8月24～28日/5,000円 ※お問い合わせは、講座・クラブ受付【☎03-3797-5666】へ。

こどもの城友の会

19家族が参加し「友の会ファミリーキャンプ」

雑木林で昆虫観察など自然を満喫

秋には野外炊事を楽しむハイキングなどを予定

梅雨が明けて素晴らしい天気となった、夏休み最初の週末7月24～25日の両日、「こどもの城友の会」のファミリーキャンプが行われました。場所は栃木県茂木町にあるツインリンク茂木。19家族(大人30人、子ども27人)が参加しました。

ほとんどの家族が、テントを使っただけのキャンプは初めて。スタッフの説明を聞いてから、まずはテントの設置。小さな子どもたちもいっしょになって、テントを組み立てます。野外炊事などのプログラムを楽しみました。

ツインリンク茂木はサーキット場と自然環境の調和をめざした施設。雑木林の中にキャンプ場やトンボを育成している場所などが点在しています。このキャンプのテーマのひとつは恵まれた環境のなかで、昆虫を中心とした自然観察でした。

30度をこえる暑さのなか、林のなかを登ったり、下ったりして希少

種の「ハッチョウトンボ」を観察したり、カブト虫やクワガタの好きな果物を仕掛けに行ったり、自然を満喫しました。少しハードなスケジューリングで疲れてしまった子ども(大人?)もいましたが、都会ではできない貴重な体験をしてきました。いくつかの仕掛けにカブト虫が集まっているのを発見し、虫が本当にこうした自然界に存在するのだということを実感した様子でした。

「こどもの城友の会」は、「こどもの城」の活動を理解して支援していただく組織。家族単位で入会していただきます。会員になると、入館招待券のプレゼントや館内で行われる催しへのご招待・ご優待のほか、会員を対象にした特別プログラム(ファミリーキャンプのような野外活動)もあります。

「秋には近郊の公園にでかけ、自然観察や野外炊事を楽しむハイキングも計画中です。ぜひこの機会に『こどもの城友の会』にご入会下さいませようご案内いたします」と担当者。開館日の10時～5時、アトリウムのカウンターで入会受け付けを行っています。お問い合わせは、こどもの城友の会事務局【☎03-3797-5666】まで。



まずはテントの設置。スタッフの説明に真剣に耳を傾けます。

新しい友だちが いっぱいできました 「ちびっこ冒険団」に72人が参加



小学生1～3年生、72人が参加した「ちびっこ冒険団」が、7月24～27日、広大な自然のなかに設けられた福島県の国立那須甲子少年自然の家で開かれました。

キャンプ初日が、ちょうど福島地方の“梅雨明け”で、30度をこす暑さ。昼食ののち、班ごとに分かれてまず周辺を探索。夕方近くには、それまでのかんかん照りがうそのように、黒い雲がわきあがり雷をともなった夕立に見舞われ、おおあわてで建物のなかに避難。でも、夕立のあがった空にかかった虹を見つけた子どもたちは大喜びしていました。

最初の夜には、親元を離れ、会ってまもない仲間やリーダーと夜を過ごすのが、ちょっと不安という子どももいましたが、2日目の「冒険のたび」(写真上)が、終わるころには、すっかりうちとけて、仲間とのきずなもすっかりと結ばれてきました。夜は、おたのしみタイム。葉っぱで作ったお面をかぶって、夜の散歩に行く班、班のシンボル旗を作る班、影絵人形劇を作って、他の班の子どもたちを招待して上演する班などおもいおもいに過ごしました。

3日目は、冒険団まつり。2班がベアを組んで、いろいろな“たべもの屋”を作ります。装飾係と作る係に分かれて活動開始。またたく間に準備が整い、まつりがスタート。呼び込みをしたり、出前をしたり、1人でも多くの方が、自分たちの店にきてくれるようにがんばりました。

夜は楽しみにしていたキャンプファイヤー。その後、班ごとにろうそくのランタンを囲んで静かにキャンプ中のできごとを振り返りました。せつかく友だちになれたのに、もうお別れ。寂しさが込み上げてきて、涙を流す子どももいました。

第7回キッズ・フィルムフェスト・ジャパン

ベスト・ビジョン・アワード(ドラマ部門)は

プロフェスカ監督(オーストリア)の『どろぼう3人組』

第7回「キッズ・フィルムフェスト・ジャパン」が、7月23日～8月6日にA・Bスタジオで開かれ、世界各国の子ども向け映画・アニメーションの上映と映像遊びのワークショップが行われました。

今回は、2年ぶりに子ども審査員によるコンペティションが復活。小学校2～6年生、17人が審査にあたりました。8月1日には全員が集まって審査会。小2～4年生と小5・6年生の2つのグループに分かれて審査にあたりました。

その結果、ドラマ部門は高学年・低学年ともに「どろぼう3人組」(アンドレアス・プロフェスカ監督/オーストリア)、アニメーション部門は、低学年が「ショーン」(グラハム・ラルフ監督/イギリス)、そして高学

年が「おそろしいのはだれ?」(グレッグ・ローソン監督/オランダ)をベスト・ビジョン・アワードに選出しました。ゲストとして来日中のローソンさんは信じられないといった表情で大喜び。子どもたちから贈られた賞状を大切に持っていました。また、7月30・31日には、グレッグ・ローソンさんが、アニメができるまでをバナナやリンゴなどを使って分かりやすく紹介するトークショーを行いました。



ローソンさんが、キャンディを使ってアニメを紹介。

こどもの城 キリンファミリー劇場 白雪姫の“7人のこびとたち”のその後は?

「リトルセブンの冒険」8月25日～30日 青山円形劇場

青山円形劇場の夏休みラストを飾るファミリー企画は、第14回こどもの城・キリン・ファミリー劇場「リトルセブンの冒険」。劇団☆新感線で活躍する作家・中島かずき、演出家・いのうえひでのりのコンビで、童話「白雪姫」のその後を創作した冒険活劇です。

舞台は、ハッピーエンドで幕を閉じた7人のこびとたちの小屋。白雪姫を王子のもとに送りだしたあとの話。こびとたちも散り散りになって、小屋に残ったのは1人だけ。そこに、レッドローズ姫が逃げ込んできました……。歌と踊りに立ち回りをおこなったエンターテインメント。

大人も子どもも一緒になって、おなかの底から大笑いして楽しめます。出演は、植本潤、河野まさと、藤谷みき、関田豊枝ほか。公演日時は、8月25～30日(11時と2時30分の2回、25日のみ7時)。入場料は2,800円(自由席定員制。3歳以上均一料金)。青山劇場予約センター【☎03-3797-1400】ほかで発売中。

【こどもの城】2期の講座・クラブ受講生募集中

9月から始まる【こどもの城】の講座・クラブ2期の受講生を先着順で募集しています。定員に余裕のあるコースもあります(満員の場合はご容赦ください)。詳しいことは、講座・クラブ受付【☎03-3797-5666】へお問い合わせください。

【体育プログラム】

- ◎母子のバチャバチャタイム 1-2歳の子どもと母親=金曜日/25,000円/全10回
◎幼児・母親体育 2・3歳の子どもと母親=水曜日/19,000円/全10回

【音楽プログラム】

- ◎三味線 小2～高3=日曜日/初級、中級・経験者、上級・経験者/18,000円/各12回=2期
◎和太鼓グループ 小3～高3=土曜日/18,000円/12回=2期
◎ガムラン講座 小1～高3=日曜日/18,000円/12回=2期
◎リズム・ムービング Aクラス(3歳児)、Bクラス(4歳児)、Cクラス(5歳児)=火曜日/18,000円/各12回=2期
◎レッツ・プレイ・サンバ 小4～高3=土曜日/15,000円/10回=2期

【国際交流プログラム】

- ◎親子表現クラブ Yo-Yo CLUB 3・4歳児と親=火曜日/20,000円/12回=2期

【企画研修プログラム】

- ◎ユースクラブ 小5～中3=第2・4日曜日/9,000円/6回=2期
◎手話講座 高校生以上=火曜日/15,000円/15回=2期
※手話講座は、電話受け付け可【☎03-3797-5666】

【小児保健プログラム】

- ◎親子のリトミック(ダウン症クラス) 3～5歳のダウン症児と親=木曜日/19,000円/10回=2期
◎健康スポーツ教室(太りすぎクラス) 小1～6=土曜日/22,000円/12回=2期
◎マタニティ・スイミング 妊娠16週以降の妊婦=火・木曜/入会金10,000円、月会費12,000円/月7回

青山劇場

- 1999スターダンサーズ・バレエ団夏休み公演《ピーター・ライト版》コッペリア【全3幕】 7月14～18日V席=9,000円、A席=6,000円
●DANCE STATION EXPRESS 13TH EXPRESSION～MIRAGE 7月21～22日V指定席=6,000円(当日=6,300円)、自由席・2階席=3,500円(当日=3,800円)
●室田純子コンサート'99 7月27日V7,000円(当日=8,000円)、

青山円形劇場

- 吉本興業お笑いライブ (1部)吉本らいぶグランド90分 7月18日V1,500円(当日=1,800円)
●第14回こどもの城・キリン・ファミリー劇場「リトルセブンの冒険」 7月25～30日V全席自由=2,800円
●山口智充ソロライブ 7月18日V1,200円(当日=1,500円)

お得な「駐車料金平日割引クーポン券」を発売!

新しく「こどもの城駐車料金平日割引クーポン券」が発売されます。利用は9月1日から、平日の【こどもの城】の駐車場が利用しやすくなります。クーポン券は、300円券50枚つづりで10,000円。利用できるのは、月曜日～金曜日の平日(祝日と夏・冬・春休み特別期間を除く。休館日も利用できます)と土・日曜日と重ならない横浜開港記念日、千葉県民の日、川崎市制記念日、東京都民の日、埼玉県民の日にも利用できます。

アトリウム売店、地下2階駐車料金精算所で発売しています。



▽出演=山口智充(Don Doko Don)
●渡辺真知子コンサート 7月19～21日V全席指定=6,000円
●第14回こどもの城・キリン・ファミリー劇場「リトルセブンの冒険」 7月25～30日V全席自由=2,800円
▽出演=植本潤(花組芝居)、河野まさと(劇

団☆新感線)、藤谷みきほか
●SATOKO JAZZ DANCE COMPANY～LOVE POTION #2 7月4・5日V4,500円(当日=5,000円)
▽構成・演出・振付=飯田聡子
●沢井北河流+池上真音 7月7日V全席自由=3,500円
●劇団スーパー・エキセントリック・シアター 水本英昭プロデュース vol.5 ミュージカル・アクション・コメディ～蘇洲夜曲 7月9～12日V全席指定=3,500円(当日=3,800円)
●ご予約・お問い合わせは、青山劇場予約センター【☎03-3797-1400】へ。

◆申し込み方法◆

お申し込みは、1階講座・クラブ受付までお越しください。児童(18歳未満)のお申し込みには、保護者の署名が必要です。受講料のほか、各講座共通の登録料(年度内有効)1,000円が必要です。

◆特典◆

入会された方は受講期間中、講座・クラブ員証を提示すれば、【こどもの城】の入館料が無料(親子コースの場合は親子)になります。

◆お申し込み・お問い合わせ◆

【こどもの城】講座・クラブ受付【☎03-3797-5666】午前10時～午後5時(休館日をのぞく)