# しゃろーむ

学園だより No.41
■発行人・発行所／学校法人 北海道カトリック学園　理事長 勝谷　太治
札幌市中央区北1条東6丁目10カトリック札幌司教館内

## 脱自動化

学校法人 北海道カトリック学園
理事長　勝谷　太治

学生時代、心理学を勉強していたころ「脱自動化」という言葉を知りました。私たち人間は、物事を経験すると、次回からは同じ経験を自分の経験の中から自動的に追認識します。「自動化」つまり、「慣れ」や「マンネリ化」が起こるのです。普段見ているものや景色は、初めてそれを見るようにではなく、私たちの頭にある経験を通して認識します。だから

よほど大きな変化が生じない限り、それに気がつきません。

食べるときの手やあごの動き、歩く時の足の動きは意識していません。しかし、それを何回噛んで食べるとか、ゆっくり食べる、あるいは大股で歩くとか、普段と違うことを要求すると、私たちはいきおいその行為を「意識」します。何年も聞いていなかった昔聞きなれた曲を耳にしたとき、初めて聞いた時の感動がよみがえる。長い旅行から帰ってくると自分の部屋が新鮮に思え、飾ってある見慣れた絵でも初めて見るかのような感動を覚える。これが「脱自動化」です。

毎年目にする春の桜や秋の紅葉は年に一度しかない自然界の大きな変化なので「自動化」が起こらないのでしょう。その都度感動を覚えます。四季の変化があるということはなんとありがたいことでしょう。

「脱自動化」はいわばそれまでの経験をリセットすることです。禅やヨガ等の「瞑想」はこの「脱自動化」をもたらすものとして知られています。脱自動化、実は私たちの日常生活でも極めて大切なことです。「自動化」された生活を送ることは、極端にいうと自動ロボットのようになってしまいます。

生きることです。私たちの毎日の生活を取り巻く小さな変化に気づかず、いつものように無感動に自動的に生きてしまいます。キリスト者の祈りをもって毎日を振り返る習慣は、無意識のうちに「自動的」にすごした今日一日を「意識して」振り返り、そこに起こった周りの人々や自分の心の小さな変化のうちに喜びや感動を発見することにもつながっているのです。仕事や生活にマンネリを感じ、人生がつまらなく思えるようになったとき、この「脱自動化」に努めてみてはどうでしょう。

## お祈り

花川マリア認定こども園
保護者　網 理美

年中の長男と、同じ園を卒園した小2の長女。2人のやり取りに同じ園に通えて良かったと感じる事が度々あります。

先日、Jアラートが鳴った時の事。ミサイル等の説明にみるみる表情が強張っていきました。すると姉が「アヴェ・マリアの祈りをしましょう」と言い出し、それに続いて長男も一緒にお祈りを始めたのです。祈りながら表情も穏やかになり、心の中にマリア様という安心感を抱かせてくれる優しい存在が育っていたことに気付かされる瞬間でした。

またある時は、長男が「戦争ってね…」と戦争について話し始め、長女が「みんなが優しい心で許し合ったら戦争なんて無くなるのにね。」と答えていました。そして、どちらからともなく「神さま、ご飯を分けてあげて…子供が家族と過ごせますように…」と2人で色々考えながらお祈りをしていました。子供だけのその会話に感動を覚えました。

心の中にマリア様がいる事。様々な境遇にある他者を思う事。平和について考える事。園で色々なお話を聞き、日々お祈りをする中で育てていただいた優しい心だと思います。その優しい心を大切に、マリア様に見守られながらこれからも大きく育っていって欲しいと願っています。

## 変化の時代に幼児教育界から発信を

札幌国際大学短期大学部　学長　平野　良明

「教育学の祖」と称されるギリシャ三大哲学者の一人、プラトンは、その著「国家」の中で教育の重要性を説いている。彼は教育の方法にも言及するが、そのことにあたって、子どもを観察し、子ども達が唄ったり踊ったり遊びながら育っていることに気づく。教育学の世界で「手細工モデル」と言われて今日に伝えられているプラトンの教育論において「遊びながら育つ子ども」は白い布に例えられ、親や大人たちによって「価値という色」を染めつけていくことが教育とされた。すなわち、教育の始期において、遊びを介して価値を伝えていくことの必要が彼において論じられていたのである。

今、私たちの幼児教育は「遊び」を重視し、これを通して子ども達の人としての総合力、その基本育てに向き合っている。

人が育つことにおける本質は二千年を経ても変わりなく普遍的であることに改めて気づいておかなければならないと改めて思わされる。

さて、昨今、「支援の必要な子どもの数が増えてきているのではないか」と関係者の間で話題になることが増えている。そのような折に新聞紙上の書籍広告で「十三年前の十倍」というフレーズを見て驚き、関連する情報を積み重ねている資料の中から探し出した。「睡眠相後退症候群」に関する日本海新聞の記事（九月十二日）である。

「睡眠相後退症候群」は「朝起きて夜は寝る」というリズムが慢性的に後ろにずれる結果として発症する「睡眠障害」である。朝起きが困難になり、不登校や習慣的な遅刻、欠席、学業不振などに陥る要因の一つになっているという。

日本睡眠学会総合専門医で国立病院機構鳥取医療センターの田賀医師は「睡眠相後退症候群は、脳領域における遺伝子レベルの病態であり、決して怠け癖ではないことを理解してほしい」と述べ、根気よく薬物療法や生活習慣改善での治療について語っている。

ゲームやスマホの普及で若年層から見られるようになった「睡眠障害」は△就寝前のスマホやゲームを避け△朝は太陽の光を浴び△食事はしっかりとり△日中の活動を増やし適度の運動をすることで改善に向かう。

自閉症スペクトラム症や注意欠如多動症の子どもには背景に睡眠の問題があることも多く、それによって不登校になっていることもある。（以上記事概要）

授乳時にもスマホを離さない親、一・二歳からスマホで遊ぶ子の姿が珍しくない今日、遊びを通した幼児教育機関における教育は、五感を通した体験を重視し、家庭に帰っても可能な限りスマホや電子端末によるゲーム等の時間を減らし、早寝早起きの習慣形成の重要性を発信し続けることと共になければならないと強く思うのである。

## 第18回 北海道カトリック学園幼児教育研究会を終えて

認定こども園倶知安藤幼稚園
園長　千葉　円哉

去る10月7日（土）第18回北海道カトリック学園幼児教育研究会が開催され、95名の教職員が集いました。「自然の中で育む心と体」をテーマに、午前中は公開保育・質疑応答、午後は松村神父様による宗教講話・各グループでの分かち合いが行われました。

園児が登園後、ホールや保育室での自由遊びに続き、縦割りクラスではテーマに沿って継続してきた各クラスの活動が展開されました。大勢の方の来園で子どもたちは少々緊張気味でしたが、登園から降園まで普段通りの様子をご覧頂けたことと思います。

午後の宗教講話では「正義と平和を大河のように」と題して、神父様より自然界の命について語られ、目の前の出来事で終わらせるのではなく、その先の関係性について考える事の大切さや他者との繋がりの大切さを学びました。

分かち合いでは講話の感想や他園の先生方との情報交換など、日頃の保育の思いを語り合いながら楽しく交流ができました。今回の研究会での学びが皆様の保育のヒントに繋がれば幸いです。また他園の職員の皆様から届いたアンケートでは励みになるご意見が沢山ありました。今後の保育に活かせるように努力していきたいと思っています。

最後の閉会式では次回開催地（認定こども園登別カトリック聖心幼稚園）のライヤ園長よりご挨拶があり、感謝の祈りのうちに閉会しました。皆様、ありがとうございました。

# 笑顔いっぱい とんぽみち

## 認定こども園カトリック聖園こどもの家

### 小さくて大きな心遣い

保育教諭　加藤 彩也奈

私の園では、月に一度出席カードを集め、お子さんの頑張りや成長の様子を書き、お返ししています。例の如くメッセージを書いていた時のこと、Aちゃんのシール帳に一枚の小さな付箋が貼られているのを見付けました。それは、「お休みの日に、早く先生に会いたいと言っていました」というAちゃんのお母様からのメッセージでした。その子の気持ちを嬉しく思うのは勿論のこと、それを伝えようと思ってくださったお母様の思いに、温かい気持ちになりました。その付箋は、今でも大切に保管し、時折眺めては励みにしています。私も、人が嬉しいと思えるような心遣いができる人間になりたいと、心から感じた出来事でした。

このお仕事を通して沢山の子どもたちに出会えること、そして沢山の保護者の方に出会えることに、日々喜びを感じています。仕事である以上楽しいことだけではありませんが、「いつもありがとうございます」「先生も休んでくださいね」と温かい言葉を頂く度に、もう一踏ん張り頑張ろうと、励みになっています。「先生になって良かった」と思える環境にいられることに感謝の気持ちを持ちながら、これからも一つ一つの出会いを大切にしていきたいと思います。

## 認定こども園登別カトリック聖心幼稚園

### 「マリア様みたいになりたい！」

教務主任　工藤 葉月

私達は、マリア様のように温かくて優しい、心豊かな幼稚園作りを心掛け、職員一丸となり保育に取り組んでいます。

幼稚園では様々な行事がありますが、今の季節はクリスマスに向けて、準備を進めています。子ども達は、イエス様の誕生をお祝いする為に!と、発表会の練習に励んでいます。また、クリスマスまでの期間は、心が綺麗になるように過ごしています。心が綺麗になる為にはどうしたら良いか子ども達に尋ねたところ、『お友達のお話をきちんと聞かなきゃ』『泣いている子の涙を拭く!!』『給食を沢山食べる』『優しくなりたい』等、キラキラした言葉が沢山出てきました。

イエス様の言葉に「隣人を自分のように愛しなさい」という言葉があります。子ども達から出てきた言葉には、お友達や先生、会ったことのない給食を作ってくれる職員さん等、人に対する優しさや思いやりの気持ちで溢れていました。マリア様のような温かく優しい気持ちがしっかり育っていると感じる事が出来て、嬉しい時間でした。

このような思いやりや優しさが、幼稚園から子ども達へ受け継がれ、子ども達に根付き、平和な社会が広がっていく事を願っています。

## 大麻藤認定こども園

### 日々の積み重ねは成長に繋がる

保育教諭　佐藤 睦美

子どもの成長は一日一日、変化があります。特に乳児期の成長を見ていると目覚ましく感じる日々です！今私は2歳児クラスを担当していますが、日々の積み重ねを大切に保育しています。身の回りのことから一つひとつ丁寧に伝えることで、自分で衣服の着脱が出来るようになったり、排泄が自立したり、スプーンを使って食事が出来るようになったりと出来る事が増えてきています。出来た時に「見て!出来たよ!」と嬉しそうにしている姿を見て、一緒に喜びを味わえるのが嬉しいです。また、毎日リズム遊びをする中で最初は体の使い方が分からず見ていたり、自信が持てなかったりする姿がありましたが、日々行うことで周りがしていることを真似してみたり、やってみようという気持ちが持てるようになったりと成長に繋がっています!

様々な経験が成長に繋がるものだと思うので、子どもの「やってみたい」を引き出し、充実した保育が出来るようにこれからも心掛けていきたいと考えています。

## 認定こども園倶知安藤幼稚園

### 憧れの小学生と一緒に

教務主任　福田 あみ

毎年、年長児と町内の小学生が交流する「幼小交流」が行われています。コロナ禍ではリモートでの交流でしたが、今年度から対面での交流が再開しました。さらに昨年度までは1校のみだった交流は、今年度は複数の学校との交流があり、幼小連携が充実してきています。就学を楽しみにしている年長児にとって、憧れの小学生との交流は特別な活動の一つです。交流では、最初は少し緊張気味の年長児。ですが、手作りおもちゃで遊ぶ活動や、公園でのフィールドビンゴ、歌や楽器の発表等、楽しい活動に参加し、小学生の優しさに触れる事で、表情も柔らかくなり、最後には「楽しかった!」「また来たい!」の声や充実した表情で溢れています。

交流を通して、年長児が喜び、楽しむ姿が見られる事は、私たち教師にとっての喜びでもあり、園では最年長として頼もしい年長児が、小学生と手をつなぎついていく姿は新鮮でとても可愛らしくも感じられます。さらに、交流を通して卒園児と再会し、成長を感じられる事も、私たち教師にとって幸せな時間となっています。

今後も幼小交流が充実し、就学への期待や安心感が高まり、小学校を身近に感じられる豊かな時間となるよう願っています。