

資源物		燃えないごみ・粗大ごみ	
真崎、村松北、舟石川中丸 外宿2、原子力機構(太田)	1日・8日 16日・24日	内宿1、亀下	4日・11日 19日・29日
船場、照沼	1日・16日	百塚、内宿2、豊岡 舟石川3	4日・19日
原子力機構(長堀1・長堀2・ 荒谷台・箕輪)、須和間	2日・9日 17日・25日	竹瓦	11日・29日
緑ヶ丘	2日・17日	舟石川2	5日・12日 22日・30日
白方	9日・25日	南台、川根、原電滝坂 豊白	5日・22日 12日・30日
舟石川1、原子力機構(百塚)	3日・10日 18日・26日	※各回収日の午前7時から8時30分まで に出してください。	
宿、押延、岡	3日・18日		
外宿1	10日・26日		
燃えるごみ		燃えないごみ・粗大ごみ	
真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(太田・箕輪・百塚・荒谷台)、真砂寮、権現山寮、 南台、緑ヶ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下	(毎週) 月曜日・木曜日	1日・4日・8日・11日・15日 18日・22日・25日・29日	
舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀1・長堀2)、 長堀寮、原電滝坂、石橋向住宅、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2	(毎週) 火曜日・金曜日	2日・5日・9日・12日・16日 19日・23日・26日・30日	

げんきアップ 通信 ⑦

赤ちゃんを落ち着かせ、心を癒や
し、子守歌を歌っ
てあげる人と赤
ちゃんとの一体感
を強める作用が
あるといわれてい
ます。また、歌っ



子守歌の効用
子守歌は基本的に赤ちゃんの「寝かせ歌」で、産まれて初めて聞く、親と子がお互いにきずなを確かめられる歌なのです。私のかわいい赤ちゃんという気持ちを含めて、抱っこやおんぶ、添い寝をしながら子どもに向かつて歌ってあげます。また、幼児に「あそびせ歌」として、歌って聞かせることもあります。

子守歌ってなあに?
成に重要であるとして、見直されていることをご存知ですか。先日、茨城県が主催する子守歌の講習会があり、それを基にお話ししたいと思います。

子守歌は、昔はよく歌われたものですが、今は歌ったことのない方のほうが多いかもしれません。今、この子守歌を通しての親子のきずなが幼児期の情緒の形成に重要であるとして、見直されていることをご存知ですか。先日、茨城県が主催する子守歌の講習会があり、それを基にお話ししたいと思います。

ている人の心が和み、気持ち安らぐという効果もあります。

子守歌の歴史

子守歌は古くは縄文時代からあつたとされています。言葉もない時代の子守歌は、鳥やけもの鳴き声をまねて歌ったそうで、例えば、フクロウの鳴き声の「ホー」は知恵の神様であるフクロウのように賢く、クマの鳴き声の「クマ」はクマのように強く、ホロホロ鳥の鳴き声の「ホロホロ」は危険なことから羽ばたいてほしいという思いを込めて歌われていたそうです。

代表的な日本の子守歌

「ねんねんころりよ おころりよ
坊やはよい子だ ねんねしな」

子守歌をあまり歌ったことのない方でも、この子守歌はなんとなく分かるのではないのでしょうか。この子守歌は「江戸の子守唄」といい、これがいりいろな地方で発展し、その地方の子守歌ができたのだそうです。その中でも静岡県産の「この子のかわいさ」という子守歌の詩がとて素敵なので、ご紹介いたします。

「坊やはよい子だ ねんねしな この子のかわいさ 限りなき 天にのぼれば星の数 七里ヶ浜では砂の数 山では木の数 萱の数 沼津へ下れば千本松 千本松原小松原 松葉の数よ

り まだかわい ねんねんころりよ おころりよ」

星や砂、千本松の松葉の数など数えきれないくらい限りなくたくさんあるものよりも、あなたのかわいらしさが何より限らないという母の愛が込められています。

親子のきずな

抱っこして、わが子を慈しみながら静かに繰り返し繰り返し子守歌を歌うことで、「あなたは無条件に愛される存在ですよ」という思い、優しい言葉や笑顔が伝わり安心感が生まれていきます。そして、赤ちゃんが無意識だからこそ、「三つ子の魂百まで」の諺のとおり、胸の中に宝物となつて残っていくのです。

親と子のきずながしつかりできていると、子どもは、困ったときには無条件に愛してくれる親がいることを思い出して頑張る勇氣を持つことができます。また、親も子どもを自分の手から離して見守る勇氣を持つことができると考えられています。

皆さんも、お子さんを抱っこして子守歌を歌ってあげてくださいね。
【問合せ】保健センター(☎282局2797)

～お子さんを抱っこして子守歌を～