

ひつじのおうち保育園 研修会

日時：平成28年6月19日

テーマ：声育・触育について

◆良かった点

- ・普段の生活では、得られない情報を学べたこと。
- ・他人に、どう教える前にまずは自分を見直す(落ち着ける)ことが大切だと知れたこと。その手段について詳しく知れたこと。
- ・スタッフみんなが真剣に、真面目に研修に取り組む姿勢が見れたこと。

◆実践しようと思う点

- ・耳を柔らかくする、脇の下をマッサージ等、自分の体のメンテナンス。
- ・タッチセラピーを園児に試してみる。
- ・将来の旦那さんに実践してあげられるように、それまでにプロ並みに上手くなっておく。

◆もっと知りたい点

- ・他のタッチセラピーのやり方。
- ・後藤先生の穏やかな話し方。聞こえてくる声が穏やかな声なら、心地よく情報が入ってきやすいと思ったから。

◆感想

保育士は、マンネリしていく保育に新しいことを取り入れる研修や、新制度に関する研修、保育についての研修を受ける機会しかないので、内容は少し保育よりになってしまいましたが、今回のような研修を受けることが出来てよかったと思います。

◆良かった点

声育、触育共に私たちの仕事にとっても大切なことでなおかつ保育士の仕事として意識的に行われていないようなことを改めて考えるいい機会になったことです。

またそれを保育園に勤める職員全員で共有出来たことです。

◆実践してみたい点

実技指導して頂いた「きのこ」を眠りの浅い子どもや、落ち着きのない子どもに実践してみて、どのような変化が見られるか。

子どもたちとの日々の触れ合いの中で肌を通しての触れ合いをもっと一人ひとりと行いたいこと。

自分の気持ちのコントロール、落ち着くこと、気持ちのままを言葉で子どもたちにぶつけないこと。

自分がイライラしているなど思った時にはぐっところえ、胸に手を当て深呼吸してから子どもに、仕事に向き合うことをすること。

またそれをすることで、子どもたちにとって良い変化が見られるか。

◆もっと知りたい点

後藤先生のヨガをもっと受けてみたいです。

その中でもう少し子どもに役立つものがあるかを探してみたいかなと感じました。

◆感想

声育は、まさに自分の事だなと感じました。元々声が大きい上に言葉に感情が入りやすいと自分自身感じる部分も多く、それを子どもたちに浴びせているんだなと思うと申し訳なく感じました。

また、今までわたしが担任をしたクラスは元気過ぎるというか落ち着きが無いクラスになってしまっていたのは、わたしの元気過ぎる、落ち着きの無い部分が伝わっていたのかと改めて気づくことが出来ました。

ひつじのおうち保育園で働き始め、よしこ先生の保育を見て落ち着いた声色というか静かに話すことで子どもたちの動き、騒々しさの変化を目の当たりにして気付いたことが確信にも繋がった気がします。それを実践するには、気持ちのコントロールするということがとても大切だということが分かりました。お話しの中で出てきた三つ子の魂百までは森田先生にずっと教えられてきた言葉で、わたしは仕事をす

る上で一番頭に置いていたことなので、このキーワードが出てきたことが保育士としての気持ちを改めて引き締めることが出来ました。

私たちが今お預かりしている子どもたちの大切な将来をより良い方向へ導く一つの手立てが触育であるということにも改めて考えさせられました。

肌と肌のスキンシップが大切だと何度も学びましたが、それをすぐ実践出来る方法を今日学ぶことが出来たと思います。

子どもに合う合わないはあるとして、一つの方法を学べたことで保育の可能性も広がるものだと感じました。これからの日々、一人ひとりともっと肌を合わせるスキンシップの時間を取っていきたいと思います。貴重な学びのお時間本当にありがとうございました。

◆良かった点

タッチセラピーなどの実践方や、保育士として、女性としての目線からの具体的なお話もあり、講義がとても面白く、心に残った。

◆実践したい点

触育、触れる事の重要性が理解できたので、園の中で子供達に対し是非実践したい。

また、声育は自分自身に取り入れ、落ち着いた雰囲気を作れるよう、それが周りの方々、子供達にとっても良い影響を与える事に繋がるようにしたい。

◆もっと知りたい点

自分自身のメンテナンスについて。

柔らかく穏やかな雰囲気を持つ為には自分自身が心身ともに健康でいる事というお話はとても共感出来た。セルフボイスセラピーなどもっと詳しく知りたい。

◆全体的感想

触育、声育、EQ などについて知らない事が多かったので今回勉強出来て良かった。

心のベースを育てることで

今後の人生の困難を乗り越えられる人間になるというのは、とても共感出来た。

保育士として、子供達の生活の大部分を共に過ごすので、たっぷりの愛情を注ぎ、木の根の部分育てていきたい。

先生が、とても輝いていらっしゃるので、講義の内容も説得力があり、本当に実践したいと思えた。

◆良かった点

触れる、触れられると言うことの大切さや、声が周りに与える影響等、普段あまり意識していなかった事が知れて良かった。

今日の実践では覚えやすく簡単にできる内容だったので良かった。

◆実践しようと思う点

タッチセラピーのきのこを身近な人に実践していきどんな反応があるのか試したいと思う。

また反対に私自身も違う人たちにしてもらい、変化や、してもらう人によって違いがあるのか試したい。

◆もっと知りたい点

生理痛、腰痛、肩こり等、体の調子を良くしていくタッチセラピーをもっと深く知りたいと思った。

◆その他

この研修がなかったら触育、声育を知ることがなかったと思うので、勉強になりました。

たくさん子ども達に触れ安心してもらい私自身も心のゆとりのある保育を目指そうと思いました。

◆良かった点

私達保育士という仕事を理解した上で分かりやすいようにお話していただけたことです。

◆実践しようと思う点

- ・心を落ち着かせる時にする耳を引っ張るマッサージ
- ・乳ガン予防のマッサージ
- ・足首のツボを触る（これは子ども達の午睡時にも実践してみようと思います。でも子どもにとって合う合わないあると思うので色々試してみたいです。）

◆もっと知りたい点

- ・講師の先生は、何故 ヨガや今日のお話の内容だったりたくさんの仕事をなさっているのか。何か共通点があるのか。
- ・心を落ち着かせる方法は他にもあるのか

◆感想

今日はありがとうございました。たくさん話を聞いて勉強になりました。内容はすぐに実践出来るようなことばかりで聞きやすかったです。

◆良かった点

- ・良かった点は色々ありますが、『3歳までは人間の根っこの部分が育つ時期…』というお話があり、明日からの保育での子どもたちへの向き合い方を改めて考えさせられました。
- ・保育時間以外で皆様と集合し、研修を通して保育について考えた事もよかったと思います。

◆実践しようと思う点

- ・園の子どもたちや家族にも『きのこ』を実践してみます。
- ・子どもたちと良い向き合い方をするには、まず自分自身を整える事。焦っている時ほど深呼吸をして取り組みたいと思います！

◆もっと知りたい点

- ・触育について『きのこ』以外にももっと知りたいと思いました。

◆その他感想

・『子どもって良く見てるなあ』と思うことはよくあるのですが、お話を聞いて保育士でもあり、子育て中でもある自分の普段のあり方を改めて考えさせられました。ついイライラしていないか、焦っていないか…思い当たる事はありすぎるのですが、周囲の大人、特に保育士や親の姿勢が子どもに大きく影響するのだということは常に心に留めておきたいです。

◆良かった点

タッチセラピーを実践出来た事。

◆実践しようと思う事

体、心を開放する方法を少しずつでもしてみる。
穏やかな気持ちで子ども達に接する。

◆もっと知りたい事

保育の現場に本当に久しぶりに身を置いてみて色々経験させて貰いなんでも勉強したいって思ってます。

◆その他の感想

何気なく子育てしてきましたが先生に教えていただいた事やってたなあって思う事色々ありました。子育て中に教えていただきたかったなあと思いました。

◆良かった点

- ・講義が、実際あった話や先生の体験談を織り交ぜた内容でわかりやすかった。
- ・実技として実際に体験出来たところ。

◆実践しようと思う点

・保育中の午睡時に今日体験した足を触ったり、普段の遊びの中でもっとたくさん抱きしめたりして安心感を与えられるよう心掛ける。

◆もっと知りたい点

- ・他のふれあいや触育のみならず、色々実際に実践出来る実技を教えていただきたい。

◆感想

今日のような研修というものは、もう自分には無縁だったので、とても良い経験をさせていただきました。

改めて色々考える事が出来ますし、子供たちへの関わり方の勉強になりました。

また自分自身の成長にも繋げる事が出来たらと思います。

◆良かった点

・イライラするポイントなどという分かりやすいシチュエーションで、自分を知るということがより身近だと気付いたこと

・子ども達に触れることの大切さを実感したこと

◆実践しようと思う点

・日々の保育の中で愛情を伝えること

・子ども達ととらえず、1人と私と考える時もあるようにすること

・きのこを寝かしつけに取り入れること

・子ども達に触れる時に、私の気持ちも寄り添うという気持ちで触れること

◆もっと知りたいこと

・呼吸法の大切さ

・先生の人を惹きつけるようなお話し仕方

◆その他

・主人にも実践してみようと思いました

◆良かった点

・触育、セラピーについては具体的に教えて頂いたので大変よくわかりました。

・知らなかった用語もあって勉強になりました。

◆実践しようと思う点

・まず自分を心身ともに整えてから子供たちに向き合いたいと思いましたし、愛情きはくなく時代なので、これからも子供たちに愛情をそそぎたいと思いました。

◆もっと知りたいこと

・年齢と共に忘れてしまった事も多いので勉強の機会はいつでもとらえたいと思っています。よろしくお願いします。

◆その他

◆良かった点

・セラピーの手法をその場で一緒に行ってください、間違いをすぐに正していただけたので、家でも実践することができました。

・一つひとつ、具体的なエピソードを話していただけたので、自分に当てはめて、楽しく共感することができました。

◆実践しようと思う点

・触育は、自分だけでなく家族にも実践していきたいと思いました。

・以前から私は声が通りにくいと感じていました。生まれ持った声質かと思っていましたが、声育を実践することで変わることが出来れば嬉しく思います。

◆もっと知りたい点

・触育、声育ともにもっと他に手法などがあれば知りたいです。

◆感想

触育、声育ともにすぐに実践していきたいものばかりでした。昨夜早速寝る前に、耳をねじったり、みぞおちを押ししたり、乳ガン予防のマッサージをしました。身体が温まり、朝までよく眠れた気がします。

『きのこ』は、家族にしてあげたいと思っています。

◆良かった点

話せば長くなるぐらい先生の声が心地よかったです。触れることの大切さを実感しました。そして、自分に出来ることには限界があると思っていました。

が、もう少し何か変われるかも！って言う気持ちになりました。

◆実践しようと思う点

研修を受ける前から子どもたちに触れることは意識していましたが、触育は大人にも有効だということ、必要なことだと感じました。きのこを通して自分からということにもっと意識を高めたいと思います！

乳がん予防！驚づかみ！

ボイスセラピー！

◆もっと知りたい点

頭と心、身体のこと、穏やかになれる話しをもっといっぱい聞きたいです。

◆その他感想

今日の研修ですごく浄化された気持ちです。ヨガで自分と向き合うことの意味がわからなかったですが少し感じる事ができました。また受講したいと思いました。

◆よかった点

幼児期の子どもの見えない根っこの部分の関わり方がとても大事なんだと改めて分かりました。

◆実践しようと思う点

『きのこ』を実際に教えて頂き、自分がしてもらった後の頭がスッキリした感じ、リラックスできた事、忘れずに、実践したいと思います。

◆もっと知りたい点

EQという言葉を知ったので、それをもっと詳しく知りたいと感じました。

◆その他感想

今回は触育の大切さを教えて頂きすごく勉強になりました。大切なお子様をお預かりしているので、もっといろんな知識を身につけないといけないなと感じました。