

西部中ブロック

母親委員会だより

平成29年7月

第1号 担当 牛山小学校

夏の訪れが感じられる今日この頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
西中ブロック母親委員は本年度も楽しい研修会を企画し、他校との交流の幅を広げていきたいと意気込んでおります。

一年間どうぞよろしくお願いいたします。

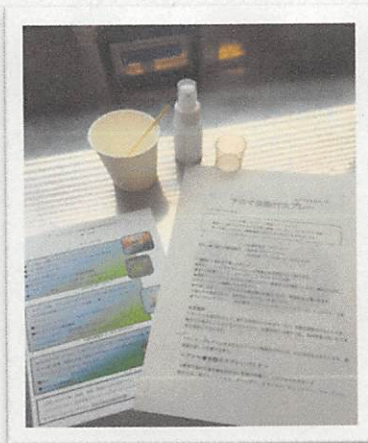
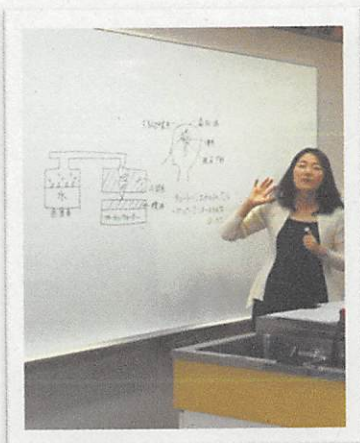
《活動報告》

☆西中ブロック母親委員総会・研修会

日時：6月1日（木）

場所：西部ふれあいセンター

講師：高須 美由紀先生



〈アロマ虫除けスプレー〉

小グループに分かれ、アロマにまつわる話などを交えた自己紹介をした後、研修会が始まりました。

前半は、『精油が一本あると楽しめること』を副タイトルとして、ハンカチやティッシュに2～3滴たらして吸入したり、バケツに水やぬるま湯を入れ4～5滴たらして床・テーブル・冷蔵庫の中を掃除したりと気軽に楽しめる方法をいくつかご紹介してくださいました。

後半は、精油の特徴を教えてもらい、効能を理解した上でのアロマ虫除けスプレーづくりをして、一人ひとりの好みに合ったスプレーが次々に完成し、非常に楽しい時間を過ごすことができました。



虫をよせつけない精油

シトロネラ・ラベンダー
ゼラニウム・ティーツリー
ペパーミント・レモングラス
レモンユーカリ など

☆春日井市小中学校 PTA 連絡協議会研修会 並びに 第1回母親委員会運営委員会

日時：6月15日（木）

場所：グリーンパレス春日井

講師：間瀬 佳子先生

〈イライラママから大変身 ～レッツ アンガー マネジメント～〉

子育てでイライラすることはありますか。イライラしても大丈夫。なぜかという、あらかじめ子供の発達段階を理解していれば、その時期がきても対応しやすいからです。

又、今までの叱り方も大変身！アンガー（怒りの感情）マネジメント（管理）して子供と上手く付き合っていくノウハウを、先生からたくさん教わりました。

「そうだね」と共感することもあります。たとえ共感できなくても「あなたはそう思ったのね」と、子供の思いをまず受け止めることが大切であり、「イラッとしても魔の6秒を上手くやり過ごしましょう」とコップと小さなボールを用いて怒りの感情を【減らす】

【入れない】【器を大きくする】の実演を交えながらわかりやすく講演してくださいました。

