



わらう 語らう 交じらう



発行/株式会社 中BBB 広告掲載のお問合せもコチラ

〒460-0008 名古屋市中区栄2-11-30 セントラルビル5F

TEL 052-218-3332 FAX 052-203-1307

●mail- contact@chunichi-bb.co.jp

●URL- https://www.chunichi-bb.co.jp/

※本誌記事・写真などの無断転載を禁じます

監修- 齊木雅彦 発行部数- 31,000部 発行日- 2021年11月(不定期発行)

配布場所- 名古屋市内の民間保育園

<https://lau.nagoya/>



野菜と一緒に心も育てる

# 家庭菜園の ススメ



家庭菜園は豊かな心や五感を育むといわれ注目されています。自分で作物を育て、収穫し、食べるという体験は子どもにとって驚きや発見、達成感を味わうことができる絶好の機会です。最近ではお庭のない家庭でも手軽に始められるベランダ菜園も人気があり、小さな子どもでも取り組みやすい家庭菜園です。

しかし、たくさんある野菜から初心者でも始めやすいものを選んだり、土、プランターは何を購入すればよいか迷ってしまいうことも。今回は家庭菜園を始めるコツや今の時期に始めるおすすめの野菜を菜園プロデューサーの斎藤弥生子さんにお聞きしました。今日から菜園デビューをしてみませんか？

**野菜がライ!!**  
それは本当においしい野菜を知らないだけかも!?

アイチョイスは **お野菜大好きKIDSを育てます!**

生産者と直接契約し、オーガニック&無農薬を積極的に推進!  
子どもを野菜大好きにしたいママから喜ばれています。

毎週のご注文はネットでカンタン!

Organic!

Fresh!

Delicious!

**ご加入特典**

生協のミールキット

**Present!**

簡単・便利・時短で人気の「生協のミールキット」。カット済み、タレ・レシピ付きなので小さいお子様もお料理に挑戦できます。只今、11月・12月にご加入いただいた方に、野菜たっぷりのつけごはんセットをプレゼント!  
詳しくはサイトへ!

**あいち生活協同組合** ☎ **0120-68-2020** アイチョイス

名古屋市内南区薬師通1-14(受付/平日9:00~18:00) ※個人情報につきましては加入のための資料請求・ご連絡のみに限定し利用します。



自分で作った野菜はおいしい!

## 五感を育て、豊かな心を育む

自分たちで野菜を育て、収穫することで野菜嫌いを克服できたり、食べ物を大切にできる心が育ちます。菜園プロデューサーの斎藤弥生子さんに、食育にもつながる家庭菜園のコツを教えてくださいました。



### 子どもたちにとって野菜づくりはどんなメリットがありますか

2歳から5歳までを対象にした「子どもと楽しむ菜園教室」を開催し、プランターで簡単にできるリーフレタスや玉ネギ、バジルなどの育て方を教えています。子どもたちも楽しみながら、土に触れたり、種まきや水やりなどを遊び感覚で楽しんでいます。お母さんと一緒にできて、お手伝い気分も味わえる。子どもたちも役に立っているというのがうれしいんです。お母さんたちも子どもを褒めるポイントがたくさんあり、お母さんにとってもストレスなく楽しめる時間となっているようです。



### 野菜に興味を持たせるにはどんなことをしていますか

私たちの教室では、「ベジフェイス」といって、野菜で顔を作る遊びをしています。本来の野菜そのものの形がわかるし、曲がった野菜や大きな野菜など、いろいろな形があるんだよということを伝えることもできます。



### 菜園づくりを通してどんなことを伝えたいですか

プランターや牛乳パックで作る野菜は、家庭の中で簡単に自然に触れられる機会となっています。遠くに出かけて自然に触れられればもちろん良いけれど、日常でその環境を作るのはなかなか大変です。少しずつ成長する野菜を見ることでも、子どもたちは十分自然を感じることができます。日々の暮らしの中でできる野菜作りは、子どもたちの記憶にも残り、五感を育てることに繋がっていきます。

### 自分で育てた野菜は何が違うのでしょうか

自分で水を上げた野菜が育っていくのは、世話をしている喜びがあります。さらに葉っぱが出てきたら、それをちぎって自分で盛り付けて、食べることができる。教室に来るお子さんも「自分で採って、食べたよ」とご家族に笑顔で報告に来るそうです。家庭の中で育てる喜び、作る喜びが味わえ、さらに新鮮な野菜はおいしいので、みんなが笑顔になります。



### これからのときに家でできる野菜づくりは何でしょう

リーフレタスや小松菜などの葉物や子どもの手のひらに乗るサイズの小玉ネギなら今からでも作れます。大きく育てようとする大変ですが、家庭で食べられる量を少しずつ作っていきと挫折せずに続けることができます。家の中で野菜をちょっと育てるだけで、サラダに加えたり、そのままスープに入れたり、簡単にひと味違う自分で作った野菜を楽しむことができますよ。



教えてくれたのは...

唐草ナレッジ代表 斎藤 弥生子 さん



菜園プロデューサー。子どもの頃から趣味で始めた家庭菜園や園芸が50年以上続き、退職後に野菜作りを教える唐草ナレッジを立ち上げる。前職を含め、農家から一般の方まで3,000人以上に野菜作りを教えた。現在は、保育士だった妹さんと2人で「子どもと楽しむ菜園教室」を不定期で開催。親子向けから保育園や幼稚園での指導者向けまで要望に合わせて講座を企画している。URL <https://lit.link/karakusa>

野菜がライ克服!

触れて! 育てて! おいしく楽しむ! /

## ベジフェイス & 牛乳パックプランター作り

2021年12月11日(土) 10:30~12:00

会場 Lau 編集室セミナールーム

費用 5,000円/1組2名(野菜のお土産つき)

対象 2歳~ 小学校低学年

収穫後に 蒔ける 種つき!

**ベジフェイス (vegeface)**

野菜をしっかり観察したら、好きなところに置いて顔を作ります。

野菜はお持ち帰り♪  
自分で選んだ野菜は残さず食べれるかな?

**牛乳パックプランター**

日が短い12月でも室内で栽培、収穫ができるベビーリーフの苗を植えます。

菜園プロデューサーの斎藤先生が選んだ土と肥料がセット

毎日水やりするだけ!

応募方法

お申込みフォームよりご応募ください。

やってみよう! 親子で楽しめる褒めポイントいっぱい! の菜園デビュー

# 教育 NEWS

大切なわが子をどのように育てていくのか、  
悩める保護者の手助けとなるような  
専門家の話をお届けします。

## 子どもの可能性は宇宙のように無限。「自分大好き」が出発点です



### 瀬戸SOLAN小学校

瀬戸市同泉町76-1  
☎0561-56-2345 <https://seto-solan.ed.jp>

●話を聞かせてくださったのは…  
瀬戸SOLAN小学校 校長 横藤雅人 先生

### 2021年4月に誕生 瀬戸市に異色の小学校

あれ？靴箱の並んだ昇降口が無い？机が台形!? 広々とした交流スペースには、カラフルなビーズソファが。そこで始まったひとりの子の工作に、日本人と外国人の先生が、一緒に楽しく付き合いました。今年4月にオープンしたばかりの瀬戸SOLAN小学校には、新しい仕組みと自由な空気が満ち満ちていました。

「前例を踏襲しがちな学校現場で、ひとつずつ丁寧にベストな形を考え、

合理的な選択をした結果です」と、校長の横藤雅人先生は話します。児童にも教員にも最適と、1年間は4学期制。「世界市民という意識をもって、社会で活躍できる人間を育てるために必要」と、「探究学習」と、それを支える「英語」「ICT」の3本柱を大切にしています。

「これからは、自分で疑問を見つけ、調べ、考えていく時代です。そのための力を探究学習で養います」と校長の横藤雅人先生。全学年(今年は1～3年生のみが在学)で週2時間ずつ「探究学習」の時間を設けています。



### 「15の春」を見据えて 小学校は土台作りの場

「ほら、これもね、ザリガニが増えすぎて掃除が大変だから、自動でできないかと子どもたちが考えた仕組みなんです」と、横藤先生。1年生の教室には、子どもの作った道具と指令を出すタブレットが置かれていました。「暮らしの中で自ら課題に気づく力ですね。教師がゴールまでのレールを敷いてはいけません。ちょっとしたヒントや子どもの知らない情報だけを伝え、道を決めるのは子ども自身です。」

SOLAN小学校の教育は「15の春」に思いを寄せています。「中3で進路を決める時に、偏差値で行ける高校を選ぶのではなく、「こういう人間になりたいから、ここへ行きたい。」今はまだ決められないから、先の選択肢が広い高校へ進学する。」と、自分で堂々と言える人間に。小学校は、その土台を作る場だと思っています。」

### 上手にできることより 「自分を愛せる力」を大切に

小学校への入学が近づくと「ちゃんときなきゃ」と焦りを感じ

る保護者の方も多いのでは。でも、大切なのはそこではない、人と比べないでほしいと、横藤先生は話します。「自分大好き人間、に育ててあげてください。まずは自分のことが好きでいられること。すると関わり合う中で身近な家族、友達、先生へと「好き、の輪が広がっていきます。子どもが描いた絵を見せてくれたら」上手だと



ね、と褒める=評価をするよりも、「これは何かな?。」とか「楽しそうだね。」と、興味や共感を示しましょう。一緒になって面白がるのが、子どもの世界を豊かにしていきますよ。」

同校の入試でも、教師が子どもの様子を見ていますが、出てくる言葉が前向きで、楽しそうに取り組む子の評価は高くなるそうです。自分が大好き、という安定した心が人への好奇心や優しさを生み、宇宙まで届くような無限の創造力を育てていくのですね。

100歳時代を楽しむ!

失敗しない



参加費無料・要予約

の選び方

参加者の98%超が「わかりやすかった」と回答したセミナーです!

#### セミナー開催情報

●日時 11月30日(火) 10:00~12:00  
12月11日(土) 10:00~12:00  
(※開場は15分前から)

●会場 名古屋市中区栄2-11-30セントラルビル8F

●定員 各日20名 ※先着順

※ご希望者には、セミナー終了後に個別相談に応じます。

※本セミナーで個別商品を推奨勧誘することはありません。



日本証券アナリスト協会  
検定会員補  
ファイナンシャルプランナー  
吉田 篤



大学卒業後、大手証券会社、会計事務所系FP会社を経て、独立。NHK文化センター、名古屋証券取引所、高年大学城学園などのセミナー講師も務める。

証券会社や銀行で、よくわからないまま投資信託、米国株、外貨建て保険で運用していませんか? なぜ、一見良さそうな商品なのに損をする人が多いのか。理由と対策についてわかりやすく解説します。リタイア後の大切な資産を賢く守り、増やす方法を学んでみませんか?

お申込み・お問合せ

Zoom(オンラインセミナー)も随時開催中!



ファイナンシャルプランナー事務所 シグマ株式会社

☎052-212-7230 [平日9:00~18:00]

金融商品仲介業者 東海財務局長(金仲)第152号

名古屋市中区丸の内2-18-22 三博ビル8F <http://www.fp-sigma.com>





子どもは大人の習慣ひとつひとつを観察し、その行動を真似ています！

vol.18 子どもは特に注意！弱視や障害が残る可能性も

**左** 右どちらかの瞳が内側にずれてしまう内斜視。そのうち生後6ヶ月以降に突然発症する「急性斜視」が小児から若者の年代に増加しています。2016年に韓国で初めて報告され、いわゆる「スマホ内斜視」とも呼ばれています。スマートフォンをはじめ、携帯ゲーム機器やタブレット端末など、今や私たちの周りはデジタルデバイスで溢れています。子どもの視覚を守るため、私たちが気を付けるべきことはなんですか？

静岡県の浜松医科大学では年間2~3人ほどだった急性内斜視の患者数が、3年ほど前から10

代を中心に10人前後と、約3倍に急増しています。現在、医学的な原因は究明されていませんがスマートフォンの長時間使用との関係が指摘されています。国立成育医療

研究センターは「スマホなどの過剰使用により、斜視の発症や悪化を招く可能性がある」との論文を発表し、注目を集めています。では、急性内斜視はどうして発症するのでしょうか。近くを見る場合、通常は眼球を内側に向けて筋肉が縮みます。これは眼球を内側に寄せて焦点に合わせるためですが、スマートフォンなどを長時間にわたって凝視すると、その筋肉が縮んだままになり元の状態に戻りにくくなります。その結果、目の発達が不十分な小児から10代の若者にかけて急性内斜視を発症する恐れがあります。

またスマートフォンなどのデジタル機器使用時の目からの距離が平均20cmと、紙媒体の平均30cmと比較して距離が短いことや、読書などと比べて視線を動かす範囲が狭いことも一つの要因として考えられています。

若いうちは近いところを長時間見ていることにさほど疲れを感じません。スマホで遊んでいるうちに、あっという間に1~2時間と長時間使用になってしまいます。子どもならではの疲れを感じないことが急性斜視の発症につながる理由の一つとしても挙げられます。

(記事提供)



名古屋ベビータイムズは「主役は子どもたち」をテーマに子育て情報をお届けするWEB新聞です。

続きはこちらから



babytimes.jp

アンケートに答えたら プレゼント もらおう！

12/10金 1人

とらメルちゃん

アンケート内容

- ①氏名
- ②住所
- ③電話番号
- ④子育てで重要視していることは？
- ⑤受験のタイミングはいつを考えていますか？

申込先 右記QRまたは Lau WEBサイトから <https://lau.nagoya/>

セット内容

- ♡ ショートヘアメルちゃん (はかせるおむつつき)
- ♡ とらきぐるみワンピース
- ♡ てぶくる
- ♡ ブーツ♡ブラシ
- ♡ はじめてBook

来年の干支である「とら」の歳に化身したメルちゃん (11月6日発売/3,960円)

問い合わせ先/(株)パイロットコーポレーション おもちゃのお問合せ窓口 ☎052-732-4924

天然温泉露天風呂 宮の湯

営業時間が通常に戻りました

10:00~24:00 (最終入浴受付23:30)

定休日/毎月第3火曜日 (祝日の場合は翌日)

TEL.052-882-8888

宮の湯 検索 名古屋市熱田区桜田町20番7号

※緊急事態宣言等、発令された時は営業時間を変更する場合があります。

大駐車場完備

お食事処「宮亭」

営業時間: 11:00~22:30

ラストオーダー: 22:00

お食事のみのご利用もお気軽にどうぞ

新型コロナウイルス感染症対策実施中 「あいスタ認証店」です

感染症・予防対策

- マスクの着用・手洗いと消毒の徹底
- 定期的な換気・館内各所のアルコール消毒
- ビニールカーテンによる飛沫防止
- 脱衣ロッカーの等間隔制限

ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します

元気いっぱい 笑顔あふれる 暮らしのお店

magic mama 11月

詳しくは HP <http://www.magicmama.net/> ホームページを チェック! Twitter [https://twitter.com/eco\\_magicmama/](https://twitter.com/eco_magicmama/)

pick up!

植物由来の 商品特集

マイクロナジュコーポレーション 「マイシース」基礎化粧品

新保湿成分 マイクロナジュエキス+植物性プラセンタエキス (クローラエキス、カクコンエキス、アロエベラ葉エキス)を配合。

すう一つと肌になじみ使うほどに お肌本来の働きを高め、あなたの素肌を優しく守ります。

保存期限 5年\*4種/3か月\*6種

ヴィーガン対応 防災食 [Vエイドパン]

美味しくすぎて困る!? 長期保存できるパン。

トランス脂肪酸・パーム油・食品添加物不使用。アレルギー25品目フリー

〒451-0041 名古屋市西区福下1-6-2

TEL 052-564-9777

FAX 052-564-9780

info@magicmama.net

営業時間 11:00 - 17:00

休日 土・日・祝日

★第3土曜日は営業(ママの日)

駐車場あり

地下鉄 鶴舞線・浅間町②出口 桜通線・丸の内⑧出口

マジックママ

(株) エス・エヌ・ティー直営のマジックママは「家族の健康と笑顔をつなぐ」をテーマとしたコミュニティショップです。(1F)自然に優しい商品の販売 (2F)レンタルスペース/各種イベントを開催しています。