

お寄せいただいたご意見の中から・・・ 『お昼寝の時間』

- ・入学にあたり、お昼寝をしないように生活リズムを整えた。
- ・お昼寝時間があるため、夜寝なくて困る。
- ・子どもがお昼寝を嫌がっている。

今回アンケートで、このようなご意見を多数いただきましたので、学童保育で考える「お昼寝の時間」についてお伝えします。

土曜日や夏休みなどの長期休みで一日保育となる場合は、昼食の後、ほとんどの学童保育でお昼寝の時間を設けています。

朝7時半から夜7時までの開所時間。最長11時間半にわたり学童保育で過ごす子どもにとって、ある程度の自由があるとはいえ、集団での生活は疲れるものです。どんなに体力のある子どもでも、一日中元気いっぱい遊べば疲れてしまいます。

学童の支援員は、子ども達が安全に過ごすことを第一に考えています。そして元気で機嫌よく健康に過ごすことも。

昼食後に眠くなるのは大人も同じで、お昼休みに仮眠を取る人もいます。おかげで午後の仕事に集中して取り組めるようになってきている方もいるようです。

学童保育は集団で過ごすため、一日のスケジュールに沿って保育をしています。体力のない子が、無理に起きていて機嫌が悪くなったり、注意力が落ちてうっかり怪我をしたり。そんなことにならないよう、お昼寝時間で体調を整えて欲しいと思っています。

とはいえいろんな子どもがいて、寝なくても大丈夫な子どももいます。全員同じように「寝なさい」というのはちょっと無理があると思います。

眠くない子は、眠い子の邪魔にならないように、静かに横になるだけでもよくて、お昼寝時間＝リラックスタイムとして、午後の活動を楽しむためにも、ゆったりと過ごして欲しいです。

学童保育支援員にとっても、長い一日保育勤務の中で唯一休憩できる時間です。午後の勤務へ引継ぎをしたり、降所時間の連絡や次の活動の打合せをするのもこの時間です。大切な時間となりますので、ご理解いただけると幸いです。

お昼寝時間で一旦心と体をリラックスさせて、また元気に過ごして欲しい。そんな気持ちでお昼寝時間を設けていますが、いろいろなご意見があると思いますので、学童保育支援員や子育て支援課学童保育担当へ、いつでもお話し下さるようお願いします。