

**育児Q & A 「何でも自分でやりたがるのに、思うように出来ないと癇癪を起して泣きだし、
何をしてもおさまらず困ってしまいます」 (2歳前後のお子さんの保護者からよくある相談です)**

“こうしたい”という自分の意思がはっきりとし始め、強く自己主張をし始める時期ですね。機嫌良く過ごしていたのに急に癇癪を起して困ってしまったという話はこの年齢ではよく聞かれることです。子どもが癇癪を起すのには殆どの場合理由があります。2歳前後の年齢で多い理由としては『自分でやりたかったのに思うように出来なかった』『行動を制止された』『イライラしていた(眠い、暑い、甘えたいなど)』『邪魔された(動線を遮られた、自分の思いとは違うことをさせられそうになった、玩具を取られた)』などがあげられます。自分の思いを言葉で伝えることがまだ上手に出来ない年齢ですので、どの場合もまずは、子どもが何に癇癪を起したのかを前後の様子から汲み取ってあげることが大切です。

このご相談の場合の癇癪は、自分でやりたい！出来るはず！と思っているのに、いざやってみると思うようにいかず、ジレンマを感じているからです。自分の思いに能力がまだついていかないことでイライラし、起こる癇癪ですね。

癇癪を起されると、親としてはどうしてあげたら良いものか…と困ってしまうこともあります。プラスに考えてみると“自分でやりたい”という意欲が育っているということ。「自分で！」と言いはじめたら、まずは思う存分自分でやらせてあげましょう。そして、思うようにいかず癇癪を起したときには「出来なくて悔しかったのよね。」などと、まずは子どもの気持ちを受け止めてあげましょう。自分の気持ちを理解し、見守ってくれる存在(親)があると、子どもは安心します。すぐには難しくても、思い切り泣いて悔しさを発散すると、子どもなりに気持ちを立て直し、次第に落ち着いてくることも多いです。見守っている大人は焦らず、どっしりと構えてしまう方が良いでしょう。そして、「やって」と甘えてきた時には、やり方を伝えながら丁寧に手伝ってあげると、次第にその方法を覚えていくのでお勧めです。

また、子どもが癇癪を起している様子から“これは助けを求めているのかな？”と迷われた時には、手を貸す前に「お手伝いしようか？」と聞いてみることもお勧めです。この一言があるかないかで、お子さんの反応が大分違ってくることがありますよ。手助けするときのポイントとしては、大人が全てをやってしまうのではなく、子ども自身が“出来た！”という手ごたえが感じられるようにサポートすることを心がけると良いと思います。子どもは成功体験を得て、喜びを一緒に分かち合ってもらえることで、次の意欲へとつながっていきます。

参考文献:厚生労働省編(2008)『保育所保育指針解説書』

ブチタンファン編集部編(1999)『ハチャメチャ2歳児』婦人生活社

地域子育て支援拠点事業(ひろば型)

ほっと れもんてい

2014年 夏号 No. 41

(平成26年7月1日発行)

緑の濃さが日に日に増していき、いよいよ夏本番を迎えますね。支援室前のお庭には今年もゴーヤーのカーテンを作ろうと思っています。ほっとれもんていのお部屋の中からよく見えますので、遊びにいらした際にはゴーヤーの親子を探してみてくださいね。暑い夏、お部屋を過ごしやすい温度にしてお待ちしています。是非遊びにいらしてください。



育児のヒント

皆様の育児の参考にさせていただけたらと、『育児のヒント』を記載しています。

今回は、東京大学大学院教育学研究科教授 秋田喜代美先生です。

「赤ちゃん絵本のひととき」

赤ちゃんは、絵本が大好き。大好きなお母さんやお父さん、保育士が語りかけてくれる声に耳を傾け、目の前の絵と一杯関わるようになってきます。もちろん赤ちゃんにも活動の好みへの個人差があり、4か月頃から食い入るように見るお子さんもいればもっとゆっくりと興味を示し始める子もいます。昨今では電子絵本もいろいろ出回るようになってきました。でもぜひまずは紙の絵本との出会いの機会をと思えます。電子のメディアと紙メディアでは物としての操作の仕方や物の質感も異なります。なぜなら物としての絵本から子どもたちが学んでいることがたくさんあるからです。

良質の絵本の絵の色彩や筆のタッチ、紙面構成の中で赤ちゃんはいろいろな発見をしています。絵本の絵と赤ちゃんがどのように関わっていくのかの育ちを見ると、物としての絵本との関わりが大事な意味を持っています。最初は絵本をつかむ、たたく、こする、口を近づけてみるなど、物としての絵に興味を示します。そして絵に対していろいろな探索行動をする時期があります。この物としての絵本の感覚から、次に絵本の頁をめくことや絵本の中のものや外界のものをつなげて探索し興味をしめすなど、とても大事な意味を持っています。最初は絵本の中のものへ、それから絵本と外のものとのつながりへ。そしてそこからまた絵本のお話の世界へと絵本の空間は移動していきます。それを知っておられると子どもが絵本と様々な関わりをしても、これが育ちとして見られると思います。

そして1歳半ころから親が指をさして語りかけるだけではなく、赤ちゃん自身が絵を指さすように変わってきます。つまり、絵を対象としてさわろうとするところから、親と子で一緒に見て共有する物としての絵へと変化していくわけですね。ブックスタートパイロットスタディの共同研究をさせていただいた川村学園女子大学菅井洋子先生の最近の研究では、この赤ちゃんの絵への指さしからお母さんやお父さんがいろいろ

ほっと れもんてい

(あゆのこ保育園内)

〒243-0032

厚木市恩名1丁目10番38号

電話・FAX: 046-222-6055

あゆのこ保育園HP

<http://www.ayunoko.ed.jp/>

ほっと れもんていブログ

<http://lemontea-ayunoko.blogspot.jp/>



ほっと れもんていは、
地域子育て支援拠点事業(ひろば型)
として厚木市より委託されています。

開設日: 月～金曜日 (祝日を除く)

開設時間: 9:30～16:00

11:30～13:00 はお休みとなります。

利用の際の予約や登録は要りません。

開設場所: ほっと れもんてい (あゆのこ保育園内)

13:00～15:00: 園庭開放

14:00～16:00: 乳児用砂場開放(4月～10月)

お子様と自由に遊んで頂けます。

お越しの際は、あゆのこ保育園の駐車場をご利用いただけます。台数に限りがございますので、ご了承下さい。



食育メモ「おやつは捕食」

1歳を過ぎる頃には上下の前歯が4本ずつ生えそろう、1歳6ヶ月頃には奥歯が生えてきます。この時期になると離乳食もほぼ完了し、大人と同じような形状の食事が食べられるようになります。しかし、まだまだ口の発達は未熟です。奥歯が生えそろう3歳くらいまでは食べやすい硬さ・形状のものを、それ以降も薄い味付け、刺激物の少ない“子どもごはん”に配慮することはしばらく続けていきたいものです。

そして、「おやつ(間食)」を取り入れましょう。子どもは胃も小さく、一度にたくさん量を食べられないので「おやつ」が必要です。「食事バランスガイド」¹⁾では、おやつは、「楽しく適度に」を勧めています。おやつ＝甘いもの・お菓子ではなく、3度の食事だけでは十分に摂取できない栄養分を補う種類のものを選ぶようにしましょう。従いまして、おにぎりやサンドイッチ、焼きそばなど、食事に準じたものが良いでしょう。

おやつを提供する際にはいくつかの注意が必要です。



空からふわふわと落ちてきた真っ白なきれ。主人公のうさぎさんは、このきれを使って、ミシンで真っ白なワンピースを作ります。そして、このワンピースを着てお散歩に出掛けると…お花畑では真っ白だったはずのワンピースがいつの間にか、お花の模様に、雨が降ってくると水玉模様に…と次々に大変身！小鳥の模様になった時には空を飛んでしまう、そんな素敵なワンピース。次に何の模様になるのかは、ページの中に描かれているので、“次はきつとこの模様になるはず！”と、わくわくしながらお話を楽しむお子さんもいらっしゃるかもしれませんね。

今月の絵本



～お勧め絵本のご紹介～

「わたしのワンピース」

にしまき かやこ/ 絵・文

(こぐま社 1969年 12月発行)

現実には絶対にあり得ない！だからこそ楽しい！もしもこんな風になったら…と想像したり、夢見たりすることの楽しさを教えてくれる絵本です。絵本を読んでいると、リズムカルな言葉の繰り返し心地よく響き、優しい色遣いの絵とともに、いつの間にか絵本が作り出す空想の世界へと引き込まれていきます。お母さん、お父さんも是非、お子さんと一緒に「わたしのワンピース」が作り出す空想の世界を楽しんでみてくださいね。夢見る心や、空想の世界が広がっていく、お勧めの絵本です。



ろなことに気づかれる様子を示しておられます。たとえば「ちいさなねこ」という遠近法を使った絵本の絵では、手前の猫より奥の人が小さく絵が描かれていると、「ここにぶつかっちゃう？」とネコのしっぽの奥に書かれている人を見て言ったり、大きな木の絵が下の方が省略されているのを見ると、その木を指して「とれちゃったの？」と尋ねたりしています。大人は絵本の絵の描き方の決まり事を知っていますが、赤ちゃんたちはそこに不思議を感じてつぶやいたりしています。そしてお母さんやお父さんのたちの方が、その思いがけない子どもの発見に『なるほど』と新たな発見をされるようです。絵本の絵には描き方にいろいろな特徴がありますがそれに気づいていかれるのもお子さんと一緒の場のようなようです。

絵本の絵に、子どもたちはどのように出会っているのかをよくみると、そこに確かな育ちのあゆみが見えてきます。1歳半ころから3歳頃までは絵本の主人公になりきって動いたり、絵本の絵とおなじものを見つけて持ってきたりするのが、3歳すぎになると絵本の絵だけに集中するようになってきます。そしてその中で子どもたちは知的な気づきだけでなく、わくわく、どきどきさまざまな情動経験をしていきます。その情動経験を親子で共有することがとても大事と最近の脳科学では言われてきています。

絵本の絵は子どもにとって新たな世界を拓く窓です。何度もくりかえし絵を見て楽しむことで、新たな発見が生まれる時間をわずかでも楽しみたいですね。 秋田 喜代美

健康ひとくちメモ「指しゃぶりはやめた方がいい？」

赤ちゃんはお母さんのおなかの中にいるときから指しゃぶりをしています。これは、吸綴運動といい人間が生まれ持っているもので、手を使っているものを口に入れ確かめることで手指や口の感覚が発達していきます。ですから、赤ちゃんの頃の指しゃぶりそのものは必ずしも悪いものではなく、むしろ生理的で自然なものです。成長とともに消失することもあり、早い段階で無理に指しゃぶりをやめさせる必要はありません。

本来持っている吸綴反射は、個人差はあるものの6ヶ月頃に消失し、目的をもった吸綴運動が増えてきます。遊び飲みや、不安解消のために指しゃぶりをしたり、タオルをしゃぶることも見られます。指しゃぶりは、所謂お子さんの癖で、なんとなく無意識に指を口にいれていたり、眠い時、不安な時など、不安解消のために指しゃぶりをしていることが多いでしょう。

しかし、長時間、高頻度に指しゃぶりをしている場合は、交叉咬合(かみ合わせがずれていること)や開咬(か

み合わせた時に上下前歯のすき間があくこと)、歯列への影響が懸念されます。従いまして、できるだけ指しゃぶりをしない方向に関わっていった方が良いとは思いますが、まずは、お子さんがどんな時に指しゃぶりをしているかを見てみましょう。遊びが途切れた時、不安な時、思うようにいかなかった時などについつい指しゃぶりをしてしまう様子がある場合は、違う遊びに誘ったり、抱っこなどのスキンシップをたくさんとってお子さんが安心できるように関わってあげましょう。子どもの生活リズムを整えたり、外遊びを充実させ発散させてあげるなど、何気ない日常生活の充実を図りましょう。

指しゃぶりは、お子さんにとって精神的な安定の一つで、なくてはならないものとなっている場合が多いので、無理にやめさせようとすると返って指しゃぶりが強くなる場合があります。ゆっくりと見守ってあげること、そして、言葉が理解できる頃に、諭すようにやめる方向に持っていかると良いでしょう。

参考: 中川信子監修(2010)『ママが知らなかったおっぱいと離乳食の新常識』小学館

