

育児Q & A 「親や友達を噛むことがあります。」 (1歳代のお子さんに多い相談です)

この年齢のお子さんは、まだ自分の気持ちをうまく言葉で表現できないため、噛むなどの行動で自分の気持ちや感情を示すことがよくあります。噛むという行動に出る時には何らかの理由があることが殆どです。例えば、嫌なことがあった時やイライラしている時、興奮して感情が高ぶった時、手持ち無沙汰でぼんやりとしていた時など、様々な理由が考えられます。嫌な気持ちでの行動の時には大人も察してあげやすいと思いますが、嫌なことや、思い当たるようなことが何もなかった場合はどうしたら良いのでしょうか。この場合は、気持ちを察してあげることが難しく、なぜ？どうして？と困ってしまう方が多いと思います。噛むという行動はこの年齢の子どもにとっては感情表現のひとつですので、大人が感情的に強く言っても何を言われているのかが分かりません。まずは噛むという行動になる前に回避してあげられることがいちばん良いでしょう。よく噛んでしまうことのあるお子さんの場合は、どんな時にそういった行動に出ることが多いか前後の様子を見ていくことがお勧めです。お子さんがどんな時に噛みたくてしまうのか、傾向や理由が何となくわかり、回避するために声を掛けたり、別の遊びに誘ったりなどするタイミングがつかみやすくなるでしょう。

機嫌よく過ごしていて、ににこにこしながら楽しそうに噛んだ場合ですが、楽しい気持ちが何かのきっかけで興奮に変わり感情の高ぶりから噛むという行動になることがあります。この時、噛まれた(噛んだ)ことにびっくりしたお母さん(お父さん)が、大きな反応を示すと子どもは喜んでいと勘違いしたり、反応を示してくれたことが嬉しくて、わざと噛んで反応を見ることがあります。繰り返しているうちに何となく癖のようになっていくこともあるのかもしれませんが、噛まれると、痛いですし、びっくりして思わず大きな反応を示してしまうことはあるとは思いますが、あまり大きな反応をせず、落ち着いた口調で真剣に、子どもの目を見て「痛いから噛まないでね。」とその都度伝えていきましょう。

子どもはお家の人が自分の気持ちを理解してくれているということが分かると、安心します。「〇〇が嫌だったのね。やめてだね」「楽しくなりすぎて思わず噛んじゃったのね。でも、噛まれたお友達は痛くて泣いているよ。噛むことはやめようね。」などと、どの場合も子どもの気持ちを受け止めたくて代弁したり、噛まれた相手の気持ちを伝えてあげられると良いでしょう。そして、噛むのではなくどうしたら気持ちが伝わるのか、言葉での伝え方やコミュニケーションの方法を教えてあげましょう。参考文献:加部一彦・佐々木聰子監修(2008)『NHK すくすく子育て Q&A ですっきり! 育児のお悩み解決 BOOK』NHK 出版、大日向雅美(1993)『赤ちゃん学シリーズ 子育てがいやになるとき つらいとき』主婦の友社

地域子育て支援拠点事業(ひろば型)

ほっと れもんてい

2015年 秋号 No. 46

(平成27年10月1日発行)

お日様の光がだんだんと柔らかくなり、外で過ごすのに気持ちの良い季節になってきました。ほっとれもんていの窓からも時々トンボが悠々と飛んでいる様子が見られ、季節の移ろいを感じます。お子さんと一緒に秋の風を感じながら、ほっとれもんていには是非遊びにいらして下さい。お待ちしております。



育児のヒント

皆様の育児の参考にさせていただけたら、『育児のヒント』を記載しています。

今回は、湘北短期大学保育学科教授 岡本依子 先生です。

「きょうだいケンカばかりだけど・・・」

我が家には4歳離れた子どもが2人います。今は大きくなってしまいましたが、今回は2人が小さかった頃の記録を見ながら思い出してみます。

姉のハルナが5歳、弟のシュントが1歳になったばかりの頃は、きょうだいでのいざこざが目立ち始めた時期でした。シュントが歩き始め自分で移動できるようになったせいで、ハルナが遊んでいるところに行って手を伸ばして邪魔することをできるようになったからです。それまでは年が離れているせいで目立った赤ちゃん返りはなかったハルナでしたが、ここに来て、遊びを邪魔され我慢ができなくなっている様子がよくみられるようになりました。たとえば、積み木をしているとき、ハルナは一生懸命積み木を高く積み、「東京タワー」と名付けたところに、シュント怪獣がやってきて、ガッシャーン！いつものこととはいえ、何度も壊されると、イライラ始めるハルナ。そしてとうとう、シュントが、積み木のタワーに手を伸ばした瞬間、先にハルナ自身が、ガッシャーン！と壊してしまいました。シュントより早く壊したことで、ハルナのイライラが少し飛んでいったようで、そこからは、私が一生懸命素早く積み木を積み上げ、ハルナがガッシャーン！ガッシャーン！と勢よく壊すという遊びに変わりました。そのハルナの壊し方を見ていると、イライラがたまっていたことが伝わってきました。

また、それまでは、泣いて待っているだけだったシュントですが、歩けるようになって、私や夫のところに自分で行って、直接だっこを要求するようになってきました。それまでは、シュントが泣けば、誰より早くハルナが飛んで行くことで「小さいママ」気分になっていたのに、ハルナはそれもできなくなりました。お父さんやお母さんを取られているような気分にもなってきたのでしょうか。夫や私の背中に飛びついてきたり、くっついてきたりすることが増え、甘えん坊になったような感じもありました。

ハルナは、シュントと少し年が離れていて、周りのこともわかりはじめていたので、“お姉ちゃん”になった自

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。

分を楽しんでいました。しかし、その分、がんばりすぎているのかな？と親としては反省もしました。ところが、この時期こんなことがありました。

当時、ハルナとシュントは別々の保育所に通っていたのですが、その日はたまたま夫の帰りが早かったので、私がハルナを、夫がシュントをお迎えに行くことにしました。ハルナを迎えに行き、家に向かって走っていると、「あれ？シュントは？」とハルナ。私は少しふざけたくなくて、「あ、忘れてきちゃった！」と言うと、「迎えに行っ！」と真剣に訴えるハルナ。悪ふざけが過ぎる私は、「今日は、いいんじゃない？シュントがいなくて、積み木壊されないよ」と言ってみました。すると、ハルナは「シュントがいる方がいい～！まっすぐ行かないで～！シュントのお迎えに行っ！」と叫びながら、泣き始めてしまいました。私はあわてて、「本当はね、お父さんをお願いして迎えに行ってもらってるの。」と白状しました。納得したのか、していないのか。家の前に車を止めると、ハルナは、急いで車を降り、玄関に飛び込み、「シュントーッ！」。靴を脱ぎ飛ばして、家の中でシュントを見つけると抱きついて、おいおい泣いていました。

少しやりすぎたようです。とはいえ、普段はいざこざが絶えない二人。とくに、ハルナは我慢をしている気配も感じます。それでも、二人がこんなに仲良しだと、親としては心から嬉しく感じてしまいます。なんだか普段の大変さが報われるようです。そして、きょうだいげんかくらい、どーんと構えて対処すれば、二人は二人で仲良くやってくれるのかなとも思いました。きょうだいがたくさん関わっていれば、けんかが増えるのも仕方ないこと。その分仲直りの機会も増えているのかもしれないですね。

岡本 依子

食育メモ「コップ飲みができるように」

暑い時期には特にそうですが、過ごしやすい今の時期でも赤ちゃんは意外と汗をかくので十分に水分を摂る必要があります。赤ちゃんと一緒に外出する時には月齢に応じて水分補給できるものを必ず持参されていることでしょう。最近ではベビーマグにもいろいろな種類があり、赤ちゃんが自分で持つための持ち手がついた哺乳瓶タイプのもの、スパウトタイプのもの、ストロータイプのものなど、月齢に合わせて部品を交換して使える物が多く、お父さん、お母さんにとっては便利なアイテムの1つですね。

いろいろなグッズがあつてとても便利ですが、少し心配なことがあります。それは7、8ヶ月頃のお子さんが、ストロータイプのマグばかりを使っていることです。ストローマグはお子さんが水分をこぼさずに飲んでくれるため、とても便利です。しかし、ストロー飲みは、この時期消失し始める吸綴反射の吸綴の動きを助長させてしまうことがあると言

われているため、スプーンやコップからの”すすり飲み”が出来ようになってからストロー飲みが出来ると良いと思います。

というのも、7、8ヶ月頃になると、サラサラした液体もスプーンの縁を上下の唇ではさんで、すするように飲みこめるようになります。そして、この時期に赤ちゃんの頃から見られている吸綴反射(唇がお母さんの乳首が触れるとそれを口に含み吸い始める原始反射)が消失し始めます。吸綴反射が消失するとともに、徐々にお子さんの脳や口の機能などの発達が進み、お子さんが自発的に飲むという行動が出来ようになっていくのです。ですから、是非、そのお子さんそれぞれの発達に合わせて、“すすり飲み”、“コップ飲み”の練習もしてみてくださいね。

参考文献: 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

健康ひとくちメモ「乳幼児突然死症候群」

乳幼児突然死症候群という言葉をお聞きになったことはありますか。

「乳幼児突然死症候群(以下SIDS)は、それまで元気だった赤ちゃんが、眠っている間に突然死亡してしまう病気¹⁾です。日本での発症頻度はおよそ出生6,000～7,000人に1人と推定され、生後2ヵ月から6ヵ月の赤ちゃんに多く発症しています。その内訳は生後2ヶ月～6ヶ月の赤ちゃんが全体の約8割を占めています。SIDSの原因は不明ですが、研究から男児、早産児、低出生体重児、冬季、早朝から午前中に多いこと、うつぶせ寝や両親の喫煙、人工栄養児で多いことが分かっています²⁾。こうした研究結果を受け、全国的に以下のような普及啓発活動を行っています。①できるだけあおむけ寝で育てましょう、②たばこは止めましょう、③出来るだけ母乳で育てましょう、④赤ちゃんを暖めすぎないようにしましょう(衣類の着せすぎに注意しましょう)、⑤できるだけ赤ちゃんを一人にしない

いようにしましょう、などということについてです。このような啓発活動を行い、SIDSの発症は年々減少傾向にあるようですが、現在も年間約150人程度の赤ちゃんがこの病気で亡くなっているのです(平成23年で148人)。

あゆのこ保育園でもSIDSの発生予防に尽力しています。睡眠時には出来るだけあおむけ寝で、衣服が首を絞めつけないように注意しています。また、スタイは必ず外し、口や鼻を塞がないようタオルや布団が顔にかからないよう細心の注意を払っています。さらに、睡眠中は必ず保育士がそばで見守り、5分ないしは10分毎に子どもの呼吸を確認しています。ご家庭でお子さんを常に見守っていることは難しいかと思います。SIDSの危険因子は直接的な原因ではないので、必要以上に不安に思う必要はありませんが、少しでもSIDSの発症リスクが低減できるよう、予防していきましょう。

参考文献 1)、2) 厚生労働省：

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/sids.html>

今月の絵本



～お勧め絵本のご紹介～

「はじめてのおつかい」

筒井頼子/ さく 林明子/ 絵

(福音館書店 1977年 4月発行)

子どもの成長過程でどの親子も一度は経験する『はじめてのおつかい』の様子が描かれた絵本です。

主人公のみいちゃんは、お母さんに頼まれて生まれて初めて一人でおつかいに出かけます。一人で行くという

ことの緊張と不安、お母さんに頼りにされた誇らしさと、高揚する気持ち、任されたことを達成しようとする責任感、みいちゃんの心の動きが細かく描かれており、あつという間に絵本の世界に引き込まれていきます。生活に密着した身近なテーマのお話なので、大人も子どももそれぞれの立場でドキドキしたり、ハラハラしたり、応援したりする気持ちでみいちゃん親子の姿を見つめ、共感される方も多いのではないのでしょうか。裏表紙にはおつかいを終えた後の親子の姿が描かれており、赤ちゃんを抱っこしているお母さんの膝に、自分の片足をちょこんとのせ、ちょっぴり甘えているみいちゃんの姿が印象的です。はじめてのおつかいをやり遂げ、お母さんからパワーを充電しているところでしょうか。

初めてのことを経験するとき、子どもはともパワーを使います。そのパワーの源となるのがお家の人が自分のことを信じて見守ってくれている、安心感という支えなのだということがみいちゃん親子の姿から改めて感じられます。安心できる場所からちよつと離れては様々な挑戦や経験をし、またお父さん、お母さんという心の安全基地に戻っては次へのステップへと向けてパワーを蓄えていく、その繰り返しをしながら親も子どももお互いに自信をつけ一歩一歩成長していくのですね。子どもが安心して挑戦する力を持てるよう、時にはそつと見守り、心の支えになっていけるようにしたいですね。