

育児Q & A 「なんで？」 「どうして？」 の質問攻めにどう答えたらいいですか？」

(3歳～5歳頃のお子さんに多い相談です)

3歳くらいになると、話し言葉の基礎ができ、日常生活の中での言葉のやり取りが不自由なくできるようになってきます。言葉の数もぐんと増えてくるので、お話が上手になってきたと感じられる方も多いのではないのでしょうか。問いと答えの関係も分かるようになってくるので、言葉のやり取りも楽しくなってくる時期です。「なんで？」 「どうして？」 などと盛んに質問するのは、理解できる言葉の数が急激に増えてくるのと同時に、周囲の事物への興味がますます広がり、知的興味や関心が高まってきたからこそのことなのです。つまり、「なんでかな？」 と、子ども自身が自分で考えようとする力がついてきたという証でもあります。

子どもが何度も同じ質問をしてくる理由として、大人の説明を「うん、うん」とは聞いているものの、理解するには難しかったり、一度聞いただけでは分からなくて、「なんで？」という質問に戻ってしまっているということが考えられます。出来るだけその時に、分かりやすい言葉で伝えるようにしましょう。説明することが難しかったり、どう答えたら良いか困ってしまった時には、子ども自身が考えられるように投げかけてみるのも良いですね。「なんでだろうね、不思議だねえ。ママにも分からないなあ。〇〇ちゃんはどう思う？」などと、お子さんが疑問に思っていることに共感し、お父さんやお母さんが感じることをそのまま言葉で返してあげるのも良いと思います。大人が思いもよらないような意外な答えがお子さんから返ってくることもあり、この時期ならではの会話を楽しめます。質問の内容によっては絵本や図鑑などで一緒に調べてみたり、実際に見に行ってみるのもお勧めです。そういった経験を積み重ねていくことで次第にお子さんが自分で調べてみようという意欲が見られるようになります。

また、「なんで？」と聞くと答えてもらえること、そのやり取りが楽しくて繰り返し質問していることがあります。言葉を返してもらえるとすることはとても嬉しいことです。同じことを何度も質問してくると、「また…」と思ってしまうかもしれませんが、お父さんやお母さんに甘えてあれこれ質問している場合もありますので、おおらかに受け止め、会話を楽しめるようなやり取りをしていきましょう。

参考文献:厚生労働省編(2008)『保育所保育指針解説書』

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 他

地域子育て支援拠点事業

ほっと れもんてい

2016年 春号 No. 48

(平成28年4月1日発行)

暖かい春の日差しに誘われて、戸外にお出かけしたくなるような季節になりましたね。お散歩をしながら道端に咲く春の花々を眺めたり、小さな春を探してみたりしても楽しいですね。お子さまと一緒に春の陽気を感じながら、是非ほっとれもんていに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と、『育児のヒント』を記載しています。

今回は、あゆのこ保育園 園長 町田和子 先生です。

「よいこと・悪いこと」を教えるにはどうしたらいいの？

今年も桜の季節を迎えました。3月に卒園した子ども達もランドセルを背負って、元気に小学校に通っていることと思います。就学は大きな環境の変化ですが、子ども達には不安なことや困ったことがあっても、勇気を持って前に進んでいってほしいと願っています。

皆さんは、お子さんにどんなことを身につけてほしいと願っていらっしゃいますか？ 園では、見学に見えた方に「園の保育内容として望んでいらっしゃることは？」というアンケートを取らせていただいています。「外遊びなど、体を動かしてのびのび遊ぶこと」が最も多いようですが、その次に多いのが、「良いこと・悪いことなどのしつけをきちんとしてくれること」でした。

園の育てたい子どもの姿にも「良いこと、悪いことが分かり、判断して行動できる子ども」と挙げています。でも、乳児期の子ども達にとって自分でやっていることが良いことなのか、悪いことなのか、判断することは難しいですね。もちろん悪いことをしたらきちんと「それはしてはいけない事」と伝えることは必要です。でも、それと同じくらい大切なことがあります。それは、「それは良いこと」ということを教えてあげることです。「それでいいよ！」「そうするといいね！」「次からはこうするといいね！」などと、子ども達がどのように行動すればよいかを、なるべく具体的に示してあげることが重要です。そして、それができたときに、その都度認めてあげて、褒めてあげること。お家の方が喜んでくれる顔を見て、子ども達は、「これでいいんだ」「こうすればいいんだ」と、自分がとるべき行為を学んでいきます。そして、褒められるが増えていく事で、少しずつ子ども達の自信へと結びついてきます。

そうはいっても、親は「このくらいできて当たり前」「他のお子さんならできるのに」などと、どうしても厳し

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 HP →

<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。

利用予約や登録の必要はありません。

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

お子さん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。

い評価をしてしまいがちですね。でも、叱られてばかりいると、子ども達は自分のすることに自信が持てず、不安な気持ちでいっぱいになります。「叱られると怖いから」と、親の顔を見ながら行動するようになります。自分の行動に自信が持てなくなり、「良いことか・悪いことか」ということを自分で判断する力が育っていきません。

一つ試していただきたいことがあります。それは、ちょっと語弊があるかもしれませんが、「みてみぬふり」をすることです。例えば・・・

- ①タイミング：「好ましくない行動」が出たら、叱ったり、大声を出したりせずに、「みてみぬふり」をする。
- ②表情：感情を表に出さない。イライラしたり、眉間にしわをよせたりしない。
- ③ほめる準備をする：好ましくない行動」には注目を向けず、子どもが自分で気付いたり、「好ましい行動」に変わってきたりしたら、即、「ほめる」。

ただし、この方法は、「それは良いこと」をきちんと示し、できたときに十分認め・褒める、ということとセットになって初めて効果を発揮するものです。まずは、子どもが十分「ほめられる経験」を積むことから初めてください。親も、笑顔で子どもを褒めている時の方が気持ちいいですよ。

暖かくなりました。是非、ほっと れもんていに遊びにいらしてください。

町田 和子

食育メモ「お腹の空くリズムを作しましょう」

お子さんが座って食べてくれない、食べながら遊んでしまう、食べムラがあるなど、食に関する事に悩んでいるお父さん、お母さん方も多いことと思います。そんな時、まず私たちは食事のリズムを整えることをお勧めしています。一日の食事が3回食になったら少しずつ食事のリズム(お腹の空くリズム)を作ってみましょう。

まずは、食事の時間をある程度決まった時間にし、規則正しい生活を心がけましょう。起きる時間、寝る時間が整ってくると食事の時間もおおよそ決まり、おのずとお腹が空く時間も定まってくると思います。空腹になる時間の予測がつくとお出かけの予定や食事の準備もしやすいですね。

そして、日中はお腹が空くように体を動かしてたくさん遊びましょう。ハイハイをたくさんしたり、外で

思い切り走ったり、適度に体を動かしてみましょう。子どもは空腹を感じると、食事が出来上がるまでなかなか待つことができません。あらかじめ食事の下ごしらえをしておいたり、すぐに提供できるように、時間がある時に準備をしておくとうれしいですね。“空腹は最高の調味料”と言われているように、お腹が空くことでいつもはあまり食が進まないお子さんも、たくさん食べてくれることでしょう。

もし、たくさん食べられたときは、「おいしかったね」「いっぱい食べられたね」とたくさん褒めてあげてください。お父さんやお母さんと一緒に食べる食事は“おいしい”、“楽しい”と感じられ、ますます食が進むことでしょう。暖かくなってきましたので、気分を変えて外で食べるのも良いですね。

健康ひとくちメモ「薄着のすすめ」

外遊びにはとても良い季節になってきました。しかし、朝と昼の気温差が激しい時期でもあります。朝は寒いので、ついついたくさんのお洋服を着せてしまいがちですが、お子さんは暑がっていませんか？

皮膚には、外の温度を脳に知らせ、体内の温度をいつも一定に保とうとする働きがあります。暑い時は皮膚の血管を広げて血液の流れを多くし、体温を発散させようとします。それでも不十分なら汗をかいて体内の余分な熱を発散させ、体温を下げようとします。反対に、寒い時は皮膚の血管を収縮させて熱を逃さないようにしています。

子どもはこのような体温を調節する機能や、汗腺の発達が十分ではありません。そして、新陳代謝がとても活発で、運動量も多いので、大人よりも汗をか

きやすく体温が高めです。これからの時期は“大人より1枚少なく”がちょうど良いのです。

季節によっても異なりますが、2～3ヶ月頃までの赤ちゃんは“大人より1枚多く”、寝返りの頃は“大人と同じ枚数”で、ハイハイなどの動きが活発になったら“大人より1枚少なく”を目安に衣服を調節することをお勧めしています。朝晩に肌寒く感じる日は、上着で調節できると良いですね。

また、「暑い」、「寒い」と言えない年齢のお子さんは、汗をかいていないか、顔色、四肢の皮膚温などを確認し調節してあげる必要があるかと思います。肌が外気に触れ「暑い」、「寒い」という刺激を受けることで、皮膚神経の発達が促されます。外気にたくさん触れることができると良いですね。

今月の絵本

～お勧め絵本のご紹介～



「うずらちゃんのかくれんぼ」

きもと ももこ / 作

(福音館書店 1994年 2月発行)

仲良しのうずらちゃんとひよこちゃんがかくれんぼをして遊ぶお話です。「もういいかい」「まあだだよ」の繰り返しのリズムが心地よく、かくれんぼをして楽しむ様子が表情豊かに描かれています。身体の色や形に似ているところに上手に隠れているので「ここにいるよ!」「みつけた!」

などと一緒にかくれんぼをしている気持ちになって、見つける楽しさも味わえます。夢中になって遊んでいたうずらちゃんとひよこちゃんですが、かくれんぼの最後には突然雨が降ってきて、おうちに帰れなくなるトラブルも…。悲しくなって涙が出てきてしまいましたが、お母さんが二人のこを見つけてくれたことで満面の笑顔になります。きっとほっとしたのでしょうね。お母さんに話を聞いてもらいながら帰っていく姿や、お母さんの身体にぴったりとくっついて安心しきった表情で眠ってしまう姿がとても微笑ましく、愛らしいです。そんなうずらちゃんとひよこちゃんの姿がお子さんの姿と重なって見える方も中にはいらっしゃるのではないのでしょうか。

子どもにとって安心できる心安らぐ場所は、お父さん、お母さんのもとです。そして、それはいくつになっても決して変わらないのですよね。子どもが自ら新しい世界に飛び込んでいこうしたり、挑戦しようとする時にはその力を信じてそっと見守り、少し疲れたり躓いたりして戻ってきた時にはその気持ちに寄り添い抱きしめてあげたら、きっとそのぬくもりでお子さんは安心し、次への力を充電することが出来るのでしょうか。お子さんだけでなく、お父さんやお母さんも、時にはお子さんに抱きしめてもらい、充電するのも良いですね。

かくれんぼの楽しさと同時に親子の絆と温かいぬくもりが感じられるそんな素敵な絵本です。