

のびのび育つ子

平成30年度の発行予定は5月、7月、9月、11月、1月、3月です。

編集・発行 / 多摩市教育振興課



街路樹の葉も日ごとに彩りを増し、朝夕もすっかり冷え込む季節になりました。手洗い・うがいをして風邪等を予防しましょう。

今回は、家庭的保育事業所の紹介とともに、子育て中に多く抱える悩みへのアドバイスについて、保育ママの森山さんにお話を伺いました。

子どもの精神発達と子育てを支える家庭的保育

森山 裕子 (家庭的保育事業所 お日さまとそよ風のおうち)

家庭的保育（保育ママ）をご存知ですか？

多くの方は、“待機児童の受け皿的な存在”として、認識されているかと思われず。

実際に「保育園に入れなかったことで、家庭的保育の存在を知り、子どもを入所させた」という方は多くいます。もう一方で、「きめ細やかに子どもを見てもらいたい」「いきなり集団生活の中に子どもを入れることへの不安」「家庭に近い環境の中に子どもを預け入れたい」など、あえて入所を希望された利用保護者の方もいます。

家庭的保育は、このようなニーズに寄り添いながら、0～2歳児のお子さんを保育者の自宅でお預かりし、家庭に代わる保育を行っています。



★ 0～2歳児の精神発達を支える

この年齢の子どもは、“信頼”と“絆形成”という精神発達がとても重要なテーマです。

これらは、最初に「家庭」という小さな社会性の中で、育まれます。赤ちゃんとお母さんは授乳やお世話、スキンシップや応答的な声掛けなどを通して、相互に愛着が形成されます。さらに家族の愛情や家庭内のぬくもりのある覆いの中で、安全、安心、心地よさを体感し、信頼やコミュニケーション能力が育まれていきます。



また、年齢が低いほどにお母さんと一体感を味わっていたいという時期でもあります。

お母さんがいつも傍で見守ってくれているから、自分は安心して遊べるということです。

家庭的保育の中では、毎日同じ大人（母親的存在）が、思慮深く、愛情を注ぎ、心からのケアや食事作り、環境や生活リズムを整え、子どもを丁寧に見守ります。毎日一緒に過ごす子どもたちも兄弟姉妹のように関係性を深め、家庭の中にいるような雰囲気、居心地を体感します。

家庭のような、小さな覆いのある環境の中で、子どもたちは、ゆったり、伸びやかに過ごし、日々の暮らしを丁寧に積み重ねることで、人や自然との関係性を深め、この年齢に欠かせない精神発達「信頼と絆形成」を支えることができます。安定した絆形成や信頼を得るということは、“その子どもの人生の基盤を作っている”ことといえます。

★ 子育ての悩み

さて、保育室で、お互いに良好な関係が結ばれ、子どもの生活リズムも整うことで、楽しい第二のおうち生活が繰り広げられます。その様子を見て、保護者の方も安心して就労へと向かわれます。母子分離後は客観的に子どもの成長を知ることになります。子どもの成長を心から喜び、時に悩んだりします。

特に、2歳半前後から現れる、子どもの自我の芽生えの時期（いやいや期）に入ると、子どもはあたりかまわず全身全霊で感情表現し、大人も頭を抱えてしまいます。



悩みは尽きないですが、一つ例をあげて、お伝えします。

Aさんは、「うちの子は、怒ると手当たり次第にモノを投げて困ってしまう」と悩んでいました。こんな時、大人もつい感情的になって、強く叱ってしまいがちですよね。すると、まだうまく自分の行動や感情をセーブできないこの時期の子どもは、大人の感情で反応します。萎縮したり、あるいは、エスカレートすることもあります。

このような時に、“大人がこの時期の子どもの特徴を知る”ことが、大きな助けになります。

保育室でも、遊びの中で、子どもが怒ってモノを投げる、あるいは、わざと投げてしまうという事はよくあります。そのような時に大人が落ち着いて、その子の目の前で投げたものを拾い上げ、「積み木さん痛かったね～」と言って優しく積み木を撫でます。そして「痛かったからお家に帰ろうね」と、大切に積み木を片づけ始めると、その子は「いたかったねえ～」と言葉を模倣したり、あるいは大人と同じように積み木を丁寧に片づけたりします。その後は、その子の手に優しく触れて、「まちがえちゃったね」と言いながら、（または言葉は使わずに）優しく撫でてあげると、こどもは落ち着き安心してまた遊びだします。



<この年齢の世界観>

この年齢の子どもはアニミズム*の中に生きています。周りにあるすべてのものは、自分と同じように感じ、感情や、意志を持っていると考える時期なので、前例の「積み木さん痛かったね」のような、擬人化した言葉で接すると、子どもはすんなりそのモノと自分の行為や感情を結びつけることができます。



<大人の模倣を通して成長する>

子どもは大人の模倣を通して成長していきます。子どもに関わる大人の手言葉づかい、しぐさ、感情までも模倣します。ですから、子どもが感情的になるほど、大人は落ち着いて、子どもに対応することで、子どもはしだいに落ち着きを取り戻します。

* アニミズム…生物・無機質を問わない全てのものの中に靈魂、もしくは霊が宿っているという考え方

＜感覚器官を育む＞



子どもに不安や、恐れ、落ち着きが無い時には、優しくその子に触れてあげたり、抱きしめてあげることも大切です。愛のある触覚体験は子どもの情緒が安定し、肉体形成までも作用されていきます。また子ども自身も生活や遊びの中で、自然界のあらゆるものに触れる機会を持ち、手足をたくさん動かして遊ぶことで、運動発達だけでなく、様々な感覚器官が育まれます。そのことで子どもは自分の体や周囲にあるものを、信頼し、世界と繋がり、「この世界は善である」という感覚をもって成長できるのです。

家庭的保育の中で、保護者や、保育者という関係性を越えて、子どもに関わる大人として、子育てを通して、共に成長し信頼し合える関係を大切に、さらには地域、社会と連携し子育てをしていくことで、子育てにおける様々な危機を乗り越えていくことが出来ると思います。

〔イラスト：森山 裕子〕

下痢・嘔吐・手洗い・うがい等に関する情報

〔ゆりのき保育園 山崎看護師〕

下痢や嘔吐などの症状で始まる子どもの病気は意外に多いものです。

★ 原因はさまざま、早めに受診をしましょう

ノロウイルス・ロタウイルス・腸管アデノウイルス・O-157などの細菌によるものなどさまざまです。また、溶連菌感染症のはじまりが嘔吐だったということもまれにあります。便の様子を良く見て、熱を確かめ、鼻汁や咳などの風邪症状を伴うのかどうかをよく見て、かかりつけ医に受診しましょう。

★ 感染力が強いものかも？と考えると処理しましょう

ノロウイルスの場合は、空気中に漂ったウイルスが口や鼻からからだの中に侵入してくるので、下痢や嘔吐物の処理は素早く行い、密封袋に入れましょう。その際、換気、手洗いはとても大切となります。処理のあとはしっかり手洗いをしましょう。

★ 脱水症状にならないよう様子を見ながらこまめな水分補給が大切です

吐き気がないときは、こまめに水分を摂りましょう。

★ 日頃の手洗いは大人が手本を示し習慣化していきましょう＜食事の前＞＜食事の後＞

年齢の低い子どもは、まだ上手にできないので、保護者が一緒に洗い、少しずつ覚えましょう。



《 手洗い 》

- ①石けんを泡立て、手のひらをよくこすります
- ②手の甲を伸ばすようにこすります
- ③指先とつめの間を念入りにこすります
- ④両指を組み指の間を洗います
- ⑤親指を反対の手でにぎりねじり洗いをします
- ⑥手首を洗い、よくすすぎ、その後よく乾燥させます

《 うがい 》

- 1回目
ブクブクうがい
2・3回目
ガラガラうがい

※洗い方は、石けんで30秒以上、流水で行いましょう。

※蛇口のある水道の場合は、ひねったあと、石けんで蛇口を洗っておくと、洗い終わって蛇口を閉めるとき、安心です。

※手ふきタオルは共用は避け個人のものを使用します。

※固形石けんは不潔になりやすいので、保管時注意しましょう。

※液体石けんのつめかえ時は、中身を良く洗って乾かしてから次の石けんを入れます。

手洗い後や入浴後は、
皮膚の保湿も忘れず
にしましょう。

なくそう児童虐待 じどうぎゃくたい ～11月は児童虐待防止推進月間です～

親から暴力を受けた。親に傷つくことを言われた。親が外出ばかりしていて食事の用意や身の回りの世話をしてもらえない。こうした児童虐待により、つらい思いをしたり、けがをしたり、命を落とす子どもが後を絶ちません。



★ 虐待に気づいたり、虐待を疑ったら、ご連絡ください

042(355)3777：多摩市立子育て総合センター「たまっこ」相談専用電話

042(372)5600：東京都多摩児童相談所

189(いちはやく)：児童相談所全国共通ダイヤル 24時間・365日

★ 子育てをしている方へ あなたの気持ちを話してみませんか。

イライラしてつい必要以上にしかったり、たたいたりしていませんか？子どもが泣き続けていらいらしたり、子育てが上手くいかずに悩んでいたりしませんか？虐待は子育ての不安から始まるのがよくあります。一人で悩まずに、子育て総合センターなどにご相談ください。一緒に考えましょう。

子どもを健やかに育てるために～愛の鞭ゼロ作戦～

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。以下のポイントを中心に心がけながら、子どもに向き合しましょう。



詳しくはこちら▶

子育てに
体罰や悪言を使わない

子どもが親に
恐怖を持つとSOSを
伝えられない

爆発寸前のイライラを
クールダウン

親自身が
SOSを出そう

子どもの気持ちと
行動を分けて考え、
育ちを応援

出典：厚生労働省

★ 児童虐待防止について学んでみませんか？

児童虐待防止啓発月間に併せて、市内の地域子育て支援拠点・児童館では、啓発展示を実施しています。児童虐待に関する内容の他にも、地域の子どもたちや大人から集めたメッセージカードを掲示しています。是非、遊びに行きながらご覧ください。



★ 養育家庭を知っていますか？

養育家庭とは、様々な事情で親と暮らすことができない子どもを養子縁組を目的とせず迎えて育てる家庭のことです。

多摩市では多くの方に養育家庭を知っていただくために、「養育家庭体験発表会」を開催します。普段なかなか聞けない養育家庭の里親さんのお話を聞く機会となります。子育て中の方々に是非聞いて欲しい内容ですので、ご参加ください。



はやね
はやあき
あさごはん



養育家庭体験発表会

日時：11/21（水）14時～16時

実施会場・問い合わせ先：

子育て総合センター TEL042-355-3833



秋を感じる本を紹介します。みなさんもいろいろなところで、秋を見つけてみてくださいね。

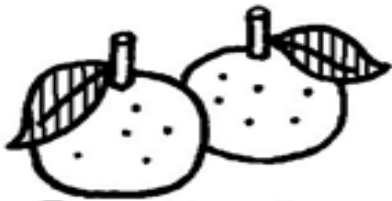
『どんぐりころころ (しぜんにタッチ!)』
 大久保茂徳/監修 片野隆司/写真撮影
 ひさかたチャイルド 2007年刊



どんぐりっていろいろな形をしています。丸いのは、くぬぎ。細長いのは、こなら。あなたが見つけたどんぐりは、何の木の実かな? この本で探してみてくださいね。

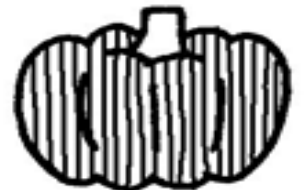
『おちばひらひら (新・自然きらきら12)』
 七尾純/文 久保秀一/写真 偕成社 2002年刊

さわがにのちよきたんは、まだ秋を見たことがありません。ちょうちょは「秋は黄色い」と言い、あかとんぼは「真っ赤」と言います。あなたは何色だと思いますか?



とうじ 冬至について

〔多摩保育園 加藤栄養士〕

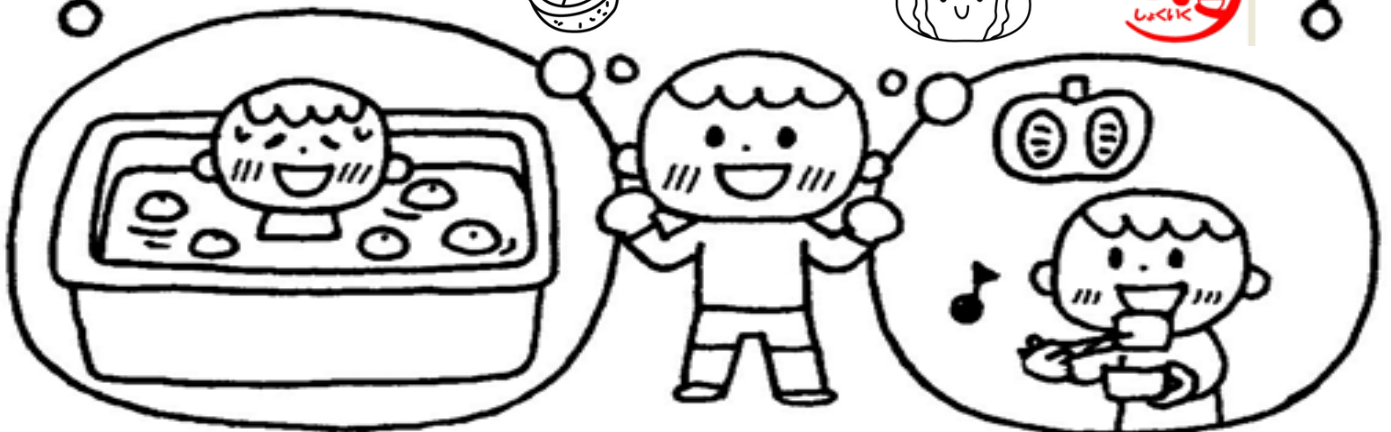
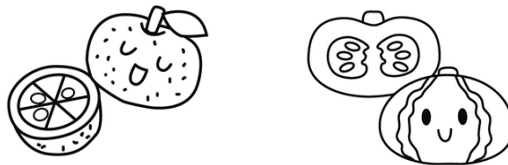


12月22日(土)は冬至です。この日は一年でいちばん昼が短く、夏至と比べると日照時間の差が4~5時間もあるそうです。昔から冬至にはゆず湯に入り、かぼちゃを食べるという風習がありますが、皆さんのご家庭では行っていますか?

ゆず湯に入ると血行が良くなってからだが温まり、風邪の予防になります。また、かぼちゃは感染症などに対する抵抗力や粘膜を強くするビタミンが豊富に含まれています。どちらも冬の寒い時期に、病気からからだを守る役割を持っています。

そして冬至に、なんきん(かぼちゃ)・れんこん・にんじん・みかん・こんにゃくなど「ん」が付いたべもの食べると「運をよぶ」という言い伝えもあります。

昔から語り継がれているたべものに関する伝統には、必ずからだのために良い裏づけがあるんですね。時代が変わっても、このような伝統文化はこどもたちに伝えていきたいと思います。





みんなでおいでよ



あそびとつどいの広場

永山公民館保育室（ベルブ永山4階）では、月に2回、親子でゆっくり過ごしてもらうための空間をつくっています。子育て先輩ママのコーディネーターさんがいるので、安心して遊びに来てください。授乳スペース、飲食スペースもあります

※毎回楽しいミニイベント（11：30と14：30の2回）も開催しています

※ご利用は無料です

開催日（11月～1月）原則第2・第4木曜日 10:00～16:00（受付15:30まで）

11月	8日（木） 22日（木）	12月	13日（木） 27日（木）	1月	10日（木） 24日（木）
------------	-------------------------------	------------	--------------------------------	-----------	--------------------------------

※日程は変更する場合がございます。

対象：0～6才のお子さんと保護者 問合せ：永山公民館 TEL042-337-6661

※託児はしませんので、保護者の方が同伴してください



《 民生・児童委員子育て家庭支援 》

一緒におしゃべりして気分転換してみませんか？

多摩市民生委員協議会では、子育て支援事業を各地域で実施しています。

お気軽にお立ち寄りください！

場所・日程・時間〔11月～1月〕

場 所	日 程	時 間
一ノ宮児童館	12/5(水) 1/9(水)	10:00～12:00
桜ヶ丘児童館	11/30(金) 1/11(金)	10:30～12:00
東寺方児童館	1/16(水)	10:30～12:00
愛宕児童館	1/18(金)	10:00～12:00
連光寺児童館	12/12(水)	10:00～12:00
聖ヶ丘学童クラブ	12/14(金)	10:00～12:00
永山児童館	11/15(木) 12/1(土)	10:00～12:00
永山第二学童クラブ	12/14(金)	10:00～12:00
豊ヶ丘児童館	12/14(金) 1/11(金)	10:30～11:30
落合児童館	12/12(水)	10:30～12:00
唐木田児童館(からきだ菖蒲館)	12/19(水)	11:00～12:00

対 象：乳幼児のいる父母・祖父母 参加費：無料

主 催：多摩市民生委員協議会

連絡先：多摩市健康福祉部福祉総務課 TEL 042-338-6889

多摩市教育委員会 教育部 教育振興課 〒206-8666 多摩市関戸6-12-1

問い合わせ：TEL042-338-6925/FAX 042-337-7620

ご感想：[メールアドレス kyoikukikaku@city.tama.tokyo.jp](mailto:kyoikukikaku@city.tama.tokyo.jp)