



こんなとき、どうすればいいの？



しつけのために、子どもに善悪を教え、社会性を身につけさせるのは、難しいと感じることも多いでしょう。どんなときも、子どもの健やかな成長を一番に考えて、「つい…」 「仕方なく…」 を繰り返すことのないように、子どもとの向き合い方について考えてみましょう。

爆発寸前のイライラをクールダウン

子どもが言うことを聞いてくれないときに、イライラすることは誰でもあります。疲れていたり、もともと抱えているストレスが大きいと、子どものちょっとした行動（おもちゃの取り合い、すぐ動かないなど）をきっかけに、イライラが爆発してしまうことがあります。

イライラが爆発する前に、クールダウンするための、自分なりの方法（深呼吸する、数を数える、窓を開けて風にあたるなど）を見つけておきましょう。

親自身がSOSを出そう

育児の負担を一人で抱え込まずに、家族などに分担してもらいましょう。周囲に助けを求めることは、決して恥ずかしいことではありません。誰かに話すだけで気持ちが楽になったり、自分では気付かなかった解決のヒントが見つかることもあります。

子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援

子どもに「イヤだ！」と言われたとき、親自身が戸惑うこともあるでしょう。でも、2、3歳の子どもの「イヤ」は、自我の芽生えであり、成長の証しでもあります。「どうしたらいいかな？」と、子どもの考えを引き出し、必要に応じて助け船を出しながら、子どもの言い分を気長に聴きましょう。

「わがままな子になっては困る」という思いから、親は指示的に対応してしまうこともありますが、子どもの成長過程で必ず通る道だと大らかに構えて、子どもの意思を後押ししていきましょう。



○身の回りで気になる子どもがいたり、自分の子育てに悩んでいる人は、まずはご相談ください
 ※子どもの安全・命が最優先です。「おかしい」と感じたら連絡しましょう

<p>相談先・通告先</p> <ul style="list-style-type: none"> • 市子ども課（養育、児童虐待、DVなどに関すること） ☎22-5121 • 市健康推進課（妊娠・出産、母子保健に関すること） ☎22-0179 	<ul style="list-style-type: none"> • 児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189「いちはやく」（通話無料・24時間対応） • 児童相談所相談専用ダイヤル ☎0570-783-189「なやみ・いちはやく」
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

※子どもの生命に危険があると考えられるときは、110番（警察）へ通報を

園長先生のおはなし

楽しく子育てを

中妻子供の家保育園 園長
八幡 雅子

新年度が始まり、一カ月半経ちました。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大対策をしながら、日々の保育を行っております。保育園では、例年行っているさまざまな行事を思うように実施できていない現状ではありますが、今後もお子さんを第一とした適切な対応に努めていきたいと思っております。

このような不安な状況の中ですが、新入園児となったお子さんは、新しい生活に少しずつ慣れてきた頃ではないでしょうか。登園時に、お子さんに大泣きされ、切ない複雑な気持ちで預けて行かれる人も多いと思います。園では、お子さんが安心して笑顔で毎日を送れるよう愛情いっぱい保育を心掛けております。ご家庭でも仕事や日々の生活の中で、慌ただしく過ごしているとは思いますが、お子さんとスキンシップを図り、たくさんの愛情を注いであげたいですね。どんなに困難な事があっても、お子さんの心に寄り添って、笑顔で楽しく子育てをしていきましょう。