

みんなで子育て No.8



在宅取組の方法が多彩です。

各務原市立緑陽中学校 研修委員会によるHP上での子育て広場(家庭教育学級) 在宅取組型

案内や講話動画、高校紹介動画、実践カード・アンケートの紹介等々、実に多彩に利用されています。PC、スマホで見るができます。(パスワードが必要) 食育を例に紹介します。(画像は全てスマホ画面です。)

食育と言うと、給食試食会、栄養教諭による講話という形が多く行われます。集まることが難しいという事で、レシピの紹介(動画付き)から家庭で給食を作ってみようという取組、また、栄養教諭による講話の配信をされました。

食育講話のお知らせ

長子のみ
令和3年7月15日

保護者の皆様
緑陽中PTA会長
緑陽中学校校長
緑陽中研修委員長
子育て長・副委員長

第2回子育て広場「食育」
森岡志子先生の食育講話配信のお知らせ

審中の様、保護者の皆様におかれましてはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。早業は本校PTA活動にご理解ご協力いただき、誠にありがとうございます。

さて、例年行われている給食試食会・食育講話ですが、昨年引き続き今年もコロナの影響で学校で実施させて頂くことが難しくなりました。そこで栄養教諭 森岡志子先生による食育の講話については、今年は動画にて配信し、皆さんに見てもらおうということになりました。生徒の皆さんには動画の一部を給食の時間に視聴してもらっていますが、親子でも楽しめる内容となっておりますので、是非見様にしてください。

記

1. 動画配信日時：令和3年7月21日(水)～8月29日(日)
2. 配信場所：子育て広場ホームページの「食育」ページ
※緑陽ホームページの「食育」ページにある「PTA研修委員会」>パスワード入力>子育て広場のリンク
3. パスワード
4. 動画内容
 - ① おうちで給食をつくってみよう
 - ② 給食動画
 - ③ 書きに負けない食事を作ろう
 - ④ 夏の飲み物について考えよう
 - ⑤ 間食(おやつ)や夜食について考えよう
 - ⑥ わたしたちの食生活をのりかえよう(食生活アンケートの結果より)
5. アンケート：子育て広場ホームページの「食育」ページ動画にて掲載されていますので、ご協力お願い致します(保護者の方の10個の回答をお願いします)アンケートは左のQRコードからも開けます。

問い合わせ先：研修委員会

アンケートはQRコードです

緑陽中研修委員会

森岡先生おすすめレシピ・リンク集

レシピから実践へ

【おうちで給食をつくってみよう】

ささみのレモン味
高野豆腐のカップ焼き
簡単スパニッシュオムレツ
チョコタフィー
ひじきポテト
友禅ごはん

緑陽中学校 在宅型 第2回子育て広場「食育」
実践カード「おうちで給食をつくってみよう」

実践カードの例

栄養教諭の森岡先生のレシピ(別紙)を参考に自宅でも給食メニューを作ってみましょう!

実践日 8月21日 曜日

挑戦したメニュー
ささみのレモン味

感想(工夫したことや楽しかった事など)
ささみの味は、レモンを少し入れて、お肉の味を合せて調理した。お肉とレモンが、とてもおいしかったです。

ご家族の方の感想
とても美味しかったです!
このレシピは我が家の、レパートリー上位にランクアップ。これからは、お肉、お魚など、色々な場面でも登場させて、間違いないです。他のメニューも、作ってみようかな!

森岡先生へのリクエストや給食への想い。
僕はこのレシピの料理が大好きなので、ぜひレシピを参考に、おうちで給食を作りたいです。

作ったおうちで給食

緑陽中学校 在宅型 第2回子育て広場「食育」
「おうちで給食をつくってみよう」
たくさんのご参加ありがとうございました

実践カード メニューランキング

栄養教諭の森岡先生の教えてくれた人気給食レシピ、また紹介いただいたレシピ以外にもたくさん料理を作ってくださいました。2位以下を引き継いだアンケート人気メニューは、

- 1位 ささみのレモン味(22人)
- 2位 簡単スパニッシュオムレツ(12人)
- 3位 高野豆腐のカップ焼き(6人)
- 4位 ささみだんご(6人)
- 5位 友禅ごはん(6人)
- 6位 チョコタフィー(3人)
- 7位 さわらの味噌チーズ焼き(2人)

!!メニューをクリックするとレシピが見れます!!

おまけ 参加ランキング 1位:1-1(12人) 2位:1-2(11人) 3位:2-3&3-1(8人) ありがとうございます

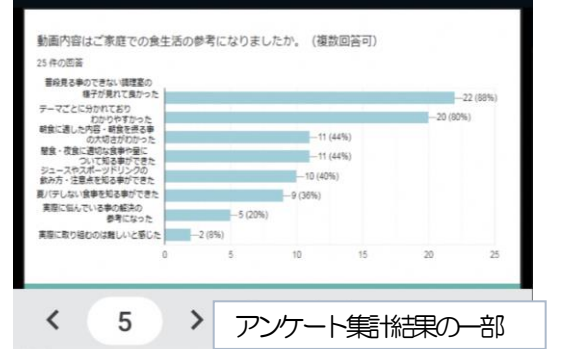
全てのカードの様子をまとめてあります

緑陽中研修委員会

第2回子育て広場
食育

実践カード(1年生)全26枚
実践カード(2年生)全19枚
実践カード(3年生)全11枚
実践カード 内容まとめ 全3ページ
アンケート結果

①先生の食育動画(公開日7月21日～8月29日)終了しました



自分で作ってみた給食はどうでしたか?
提出してもらった実践カードはどれも力作で、森岡先生も1枚、じっくりご覧になっていたと聞きました。

一番人気の「ささみのレモン味」は普段扱いたない鶏肉の筋を取るのが大変だった!というコメントが多かったです。どのメニューも、ご家族の方からは「美味しかった」「また作ってね」という感想が多かったので、これを機に他のメニューにも挑戦してみてくださいね。

森岡先生へのリクエストや給食への想いは、給食室の方たちへの感謝が溢れていました。自分で作ってみて大変さがわかったというコメントも、好きなメニューを書いていた人、残業ゼロのために自分のクラスの白米の量が多すぎるので...という意見を書いてくれた人もいました。たくさんの方に「おうちで給食をつくってみよう」に参加いただき感謝しています。ありがとうございました。

緑陽中研修委員会



食育講話配信を終えて

例年、実施されていた給食試食会がコロナの影響で開催が難しく、本年は栄養教諭の森岡先生による動画配信を企画し、皆さまにお届けしました。まずは、お忙しい中、今回のためだけに動画を振り下ろしてくださった森岡先生にこの場を借りて厚く御礼申し上げます。子供たちに人気の給食や普段は見ることができない給食室での調理の様子などをわかりやすく編集していただき、食育への知識が深まる大変貴重な機会となりました。それと共に、毎日子供たちのために安全で栄養バランスの摂れたおいしい給食を提供して下さることへの感謝の気持ちも改めて感じ、胸がいっぱいになりました。心よりありがとうございます。さて、皆さまからのアンケート結果からは、成長に必要な栄養が摂れているか不安がある、献立がマンネリしている、という悩みが多く見受けられました。また一週間のバランスの良い献立を知りたいとの希望も寄せられました。今回配信した動画内の森岡先生の給食レシピや書きに負けない食事などは、そのお返りのお便りにお困り立てたのではないかと存じます。今後は、あわせて実施した給食を作ろうの案内用紙に掲載しました岐阜県学校栄養士会のホームページも日々の献立づくりに参考にしてみたいと思います。最後になりますが、動画を観ていただいた皆さま、アンケートへご協力いただいた皆さま、誠にありがとうございます。皆さまから頂戴したご意見は今後の活動に活かしてまいります。早いもので本年度も折り返しを迎えようとしておりますが、引き続きPTAの活動にお力添えくださるよう、よろしくお願い申し上げます。

まとめが載せてあります

その2 なかよし family スキンシップチャレンジ

案内には家庭教育プログラム乳幼児編 P86 のスキンシップの資料が使われています。見やすくわかりやすいカードは自作です。シールも配布されたとのこと

予定していた 11 月の講話がこの環境でできないため普段できない子どもとの触れ合いを考え、子どものダメなどころではなく、いいところを見つける機会にしたい、良いことを言ってハグするといったのではないかと役員会で決めたそうです。カードは夏休みなので、保護者だけでなく、祖父母や親せきも入れて書けるようにされました。

集めたものは、園で掲示できるようにまとめられていました。それぞれの子の良さがたくさん並ぶのはうれしいものですね。

保護者のみなさまへ
令和 3 年 7 月
うぬま中央幼稚園
子育て広場学級長

☆なかよし Family
スキンシップチャレンジ☆

みなさんは、お子さんとハグしますか？ お子さんのいいところいつ言えますか？
コロナ禍の今、自宅でお子さんと過ごす時間が増えて、ついイライラしてしまったり
子どもの要望に笑顔で応えられないことがあって落ち込んでしまっていますよね、
私は毎日怒って、子どもに我慢ばかりさせているなど反省の日々です…。
例年ですと子育て広場で保護者の皆さんとの交流や、子育ての悩みなどを共有する
機会があるのですがまだまだ大勢での交流が難しい為、皆さまの子育てが少しでも
より良いものになればと思い、(ハグ&いいところみつ)を企画いたしました。
改めてご家族でお子様とゆっくり向き合う機会となればうれしく思います。

だいすきだよ♡あなたのいいところ自慢しちゃおう！

子どもはスキンシップをとることで
愛されているという安心感を持ちます

子どもは、愛されている愛の感をもつと、いろいろなことにチャレンジするエネルギーと勇気がわいてきます。そして、チャレンジしたことができたとき、「うれしい」「またやりたい」とのちから思います。それが、自信になり、自己肯定感になっていきます。

「抱っこ」のあたたかい思い出は、次世代の子育てへ受け継がれていく大切な時間です。0〜5歳の頃は、スキンシップで自己肯定感を育てましょう。

ハグしながらお子さんのいいところもほめてみましょう

お子さんのいいところを見つけたら「お花」の中に書いてください。(後日展示を考えております)

お時間のある時にぜひ取り組んでいただき8月26日までに提出をお願い致します。

パパ、ママ
おじいちゃん、おばあちゃん
お子様に「だいすき」のメール
伝えませんか？

案内と
カード

☆なかよしFamily スキンシップチャレンジ☆

★お子さんのいいところ自慢しませんか？ぜひ教えてください！

☆園さんだけでなく、祖父母・兄弟からのコメントもOK！

ここに書いてくださったお子さんのいいところは後日展示したいと思います。

★お子さんのいいところを自分の花の形に描いたらいいですよ！

なかよしスキンシップチャレンジ

★おうちのひととたっぷりハグしたらいちごちゃんにシールをはろう！

※感想※

クラス _____ なまえ _____

8月26日までに提出

掲示用に準備しています



☆なかよしFamily スキンシップチャレンジ☆

★お子さんのいいところ自慢しませんか？ぜひ教えてください！

★お花の中にお子さんのいいところメッセージを記入ください！

ママ くんへ
お花を
おにねん
と11のさわかしくあやん
ごはんとおにねんを
かきくたいおにねんを
してくるころのせうし
くんかきくおにねん
たいてんおにねん

やさい くんへ
いっつおにねんをさうおにねん
くん！おにねんをさうおにねん
じじいおにねんをさうおにねん
ボールをさうおにねんをさう
おにねんをさうおにねんをさう
おにねんをさうおにねんをさう

★お子さんのいいところを自分の花の形に描いたらいいですよ！

なかよしスキンシップチャレンジ

★おうちのひととたっぷりハグしたらいちごちゃんにシールをはろう！

※感想※ おにねんは大好き？おにねんはハグが好き
おにねんは大好き？おにねんはハグが好き
おにねんは大好き？おにねんはハグが好き
おにねんは大好き？おにねんはハグが好き

シールが貼ってあります

クラス 第一組

8月26日までに提出



コメント
子育て広場学級長さんの思いや、園長先生に相談したり、役員さんと話し合ったりして、令和3年度に安心して取り組める子育て広場（家庭教育学級）を計画し、お互いの情報交流する場を作ることができました。また褒めることやスキンシップといったこの時期の子どもにとっての大切な内容に取り組みましたことが素晴らしいですね。自作のカードということでも思っています。「素敵な企画でした」とか「ハグの良さを感じました」という感想をみると願った取組になったのではないのでしょうか。

令和3年 7月16日

長森東小学校PTA会員様

長森東小学校校長
長森東小学校PTA会長
学年成人委員長

案内

**第1回 家庭教育学級
我が家の防災のご案内**

盛夏の候、皆様には、益々御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は、PTA諸活動に多大なるご支援とご協力をいただき、誠にありがとうございます。さて、近年自然災害が日本各地で発生しております。いつ起こるか分からない「もしも」のときに備えられるよう家族で話し合ってみませんか。

第1回の家庭教育学級は、「我が家の防災」をテーマに、家族ひとりひとりが備えることについて考えたいと思います。チェックリスト(裏面)を活用し、夏休みに子どもと一緒に防災について話し合ってみましょう。アンケートをご記入の上(別紙ピンク用紙)、担任の先生までご提出ください。

記

1. 実施期間: 令和3年7月21日(水)～8月31日(火)の夏休み期間

2. アンケート記入: 一家族に一紙配布しています。家族で話し合い、アンケート・感想をご記入をお願いします。提出は長子をお願いします。

提出締切日: 9月1日(水)

※皆さんにご記入いただいた内容は、後日、家庭教育学級報告書で紹介させていただきます。

我が家の防災 アンケート

9月1日は「防災の日」です!

● 非常用持ち出し袋はありますか? はい いいえ
はいの方…見直ししましたか? はい いいえ
いいえの方…これを機会に用意しますか? はい いいえ

● 水、非常食の準備はありますか? はい いいえ

● 感染症対策の準備はありますか? はい いいえ

● 避難場所や親の連絡先の確認はしていますか? はい いいえ

● チェックリストの他に必要なものがあれば教えてください。
()

★お子さんの感想

★保護者様の感想

提出期限: 9月1日(水) 提出先: 担任の先生 → 回収: 学年成人

災害の「備え」チェックリスト

非常用持ち出し袋 (避難の際に持ち出すもの)

☐ 水 ☐ 食品
☐ 防災用ヘルメット・防災ずきん ☐ 衣服・下着
☐ レンズケア ☐ 短なしのズック靴
☐ 懐中電灯 (10年保証程度の電池) ☐ 携帯ラジオ (10年保証程度の電池)
☐ 予備電池・携帯充電器 ☐ マッチ・ろうそく
☐ 救急用品 (絆創膏、消毒液、包帯、ガーゼ、三角巾、止血剤、救急セット、オゾン発生器)
☐ 使い捨てカイロ ☐ ブランケット

☐ 軍手 ☐ 洗面用具
☐ 歯ブラシ・歯磨き粉 ☐ タオル
☐ ペン・ノート

☐ 感染症対策にも有効です!!
☐ マスク ☐ 手指消毒用アルコール
☐ 石けん・ハンドソープ ☐ ウェットティッシュ
☐ 体温計

☐ 一緒に持ち出そう!!
☐ 貴重品 (現金、パスポート、運転免許証、保険の書類、スマートフォン等)

子供がいる家庭の備え

☐ ミルク (缶詰タイプ) ☐ 子供用紙オムツ ☐ 抱っこひも
☐ 使い捨て哺乳瓶 ☐ お尻ふき ☐ 子供の靴
☐ 離乳食 ☐ 携帯用お尻洗浄機
☐ 携帯ガラリ ☐ ネットワーク

女性の備え

☐ 生理用品 ☐ サニタリーショーツ ☐ 防犯ブザー/ホイッスル
☐ おむものシート ☐ 中身の見えないごみ袋

高齢者がいる家庭の備え

☐ 大人用紙パンツ ☐ 入れ歯 ☐ デリケートゾーンの洗浄剤
☐ 杖 ☐ 入れ歯用洗浄剤 ☐ 持病の薬
☐ 補聴器 ☐ 男性用吸水パッド ☐ お家手帳のコピー

備蓄品

☐ 食料や水 (最低3日分できれば1週間分) × 家族分
☐ 生活用品 (現金、パスポート、三角巾、止血剤、救急セット、オゾン発生器、スマートフォン等)

ほかにも、家庭で必要なのは日ごろから備えておきましょう

令和3年 9月27日

長森東小学校PTA会員様

長森東小学校校長
長森東小学校PTA会長
学年成人委員長

アンケート報告

第1回 家庭教育学級 (我が家の防災) のご報告

夏休み中、我が家の防災について取り組んでいただき、ありがとうございます。夏休み中は、日本各地で豪雨による洪水や土砂災害もありましたので、家庭でも、もしもの備えについて話し合う機会がもてたのではないかと思います。その中で、準備をしなければと思っているが、準備できていない、準備しているが、まだ足りないものがあるなど、再確認できた家庭も多くみられて良かったと思います。当たり前の日常生活に欠かせない電気、ガス、水がとまってしまった時、対処できるように普段から備えておきたいものです。休日を利用して電気や水を使わないと決めて過ごしてみると、備えが足りているかどうか実感できると思います。集計結果と感想を一部紹介しますので、今後の参考にさせていただきたいと思っています。

(アンケート全体集計) *無回答は省く

- 非常用持ち出し袋はありますか? はい 47%、いいえ 53%
- 水、非常食の準備はありますか? はい 72%、いいえ 27%
- 感染症対策の準備はありますか? はい 68%、いいえ 31%
- 避難場所や親の連絡先の確認はしていますか? はい 74%、いいえ 25%

298世帯の方に協力いただきありがとうございました。

【チェックリストの他に必要なもの】

モバイルバッテリー、ペット用品、子供への手紙(はげます内容)
こどものおもちゃ、ガムテープ、ラップ、簡易トイレ、薬、眼鏡
カセットコンロ、ワンタッチテント、小銭、地図、保険証

【子供の感想】

水がないと困る。非常食は好きなものが良いと思った。
持ち出し袋の中に入れる物の多さに驚いた。ちゃんと準備したい。
どこに避難するか親と確認した。親の電話番号を覚えようと思った。
避難場所の確認ができた。

【親の感想】

不足している物もあったので備えたい。
非常食の期限を確認できてなかった。定期的に見直したい。
コロナ対策、隔離対策も考えたい。
連絡先の確認を子供に伝えないといけない。

【次回 第2回家庭教育学級のお知らせ】

ブロック講演会 10月24日(日)

【第3回家庭教育学級のお知らせ】

第3回は、親子でクッキングです。
11月頃を予定しています。
詳細が決まり次第ご連絡いたします。お楽しみに〜

「我が家の防災」という名前は、防災の取組を各家庭でも話し合うきっかけにしてほしいとの思いから、長森東小学校の役員さんと相談して取組名をつけられたそうです。

「防災」「チェックシート」というワードでいくつか検索をかけて、皆さんで検討されました。その中で、子供、女性、高齢者と分かれていて、とても見やすいという意見が多く、このチェックリストに決めたそうです。このチェックリストとアンケートを使って家族で話し合うきっかけになっていますね。

内容を明確にした案内・アンケートで298世帯という多くの参加があります。アンケートの集計結果をまとめて紹介することで、取組への意識がさらに高まります。

「非常用持ち出し袋」の中身はとても多く、今回チェックすることで確認ができますね。

案内文にもありますが、ここ数年災害が頻繁に起こり、身近な問題だという事がわかる取り組みです。色々な方法で意識を継続していく必要がありますね。

※ 家庭教育学級の取組事例を教えてください。

今回のように、家庭教育学級をオンデマンド・オンラインで実施されている事例や工夫された取組がたくさんありそうです。いろいろな取組を紹介し皆様の活動を広げていきたいと考えています。そこで、各家庭教育学級の実践事例を教えてくださいませんか。ご協力のほど宜しくお願い致します。

お電話、メールは、こちらまで

岐阜県 環境生活政策課 家庭教育担当 河野
TEL:058-272-8752 (直通) (県庁内6階)
Email:kono-kazuhiko@pref.gifu.lg.jp



家庭教育プログラム みんなで子育てⅡの紹介

プログラム10 スキンシップ (乳幼児期)

スキンシップは誰のため？ (乳幼児期)

こんなことはありませんか・・・？

2歳のりおちゃんは、言葉の数は増えてきましたが、まだ、自分の思いを伝えられません。おかあさんの「抱っこ」が大好きで、一日に何度も「抱っこー！」とせがみます。でも、りおちゃんの体は大きくなり、抱っこすると、ずっしりと重みを感じるようになってきました。

最近おかあさんが困っていることは、買い物で重い荷物を持っているときや、大事な電話をしているときに、「抱っこ」をせがまれることです。スキンシップは大切だと思っていますが、こんなとき、どうしていいかわかりません。



みなさんも、無理なときに「抱っこ」を求めてくるわが子への対応を出し合ってみましょう。

ワーク1

★ワークシート：記入できる部分とお話が載っています。

-81-

- 資料のスキンシップに取り組んでいる保護者の感想を読んでみましょう。図書館で本を借りて「絵本の読み聞かせ」もいいてね。

今日からぜひやってみてくださいね。お疲れ様でした。



子どもの要求に丁寧に応えてやることは、親の大切な役目じゃよ。子どもが話しかけてきたときには、スマホの画面を見ていたとしても、顔をあげ、子どもの目を見て話を聞いてあげてな。「スマホよりもあなたが大事」というメッセージが伝わるもんじゃ。でも、すぐにはできない時もあるわな。そんな時はなぜできないのか、いつできるのかなどを説明してやると、結構子どもって理解するもんなんじゃよ。

★進行案：60分の流れの例を載せてあります

プログラム10 スキンシップ (乳幼児期)

進行案

ねらい

- 誰もが乳幼児期にスキンシップは必要だとわかっていても、毎日の家事に追われて、なかなか子どもが求めて来るときに対応できないことが多いでしょうか。参加者同士が交流する中で、無理なときの「抱っこ」や対応についての工夫をもち帰ってもらいましょう。
- 乳幼児期のスキンシップには、心の栄養としての大きな役割があります。それは子どものためばかりでなく、親にとっても必要な栄養素となります。子どもの心を満たし、自己肯定感を高める効果的なスキンシップについて考えていきたいと思います。

時間	内容	主な活動	留意点
例：60分 00:10	はじめのこ とば	「みなさん、こんにちは。ご多用のところ、参加いただきありがとうございます。今日は、年齢に応じた「お手伝い」について、考えてみたいと思います。司会の〇〇です。よろしくお願いします。」	◇笑顔で親しみやすい言動に努めましょう。 ◇道具として「お茶」や「よちよちとした「お菓子」があるとか、わらかい雰囲気を出したり、話も弾みやすくなります。
	3つの約束 確認	「この会は、ともに楽しく学び合い、みなさんで作りたいものづくりです。誰もが『参加してよかった』と思える会にするために、協力していただきたい3つの約束があります。」 ①参加 「積極的に話し合いに参加しましょう。全員が参加できるように、協力をお願いします。」 ②尊重 「お互いの意見や感じ方を尊重しましょう。他の参加者の意見を否定したり、自分の考えを押し付けたりしないようにしましょう。話したくないことは、パスしてもかまいません。」 ③守秘 「子育ての交流ですから、個人情報に関わる内容も出てきます。同じ時間を共有する参加者の名前や連絡先などは	◇会を成功させるために、学習を始める前に参加者全員で「3つの約束」を確認しましょう。 ◇一人が話し過ぎないように、時間配分を考えながら、全員が話す機会を回すようにしましょう。 ◇「相手の目を見よう」をしながら聞くとか、相槌を打ながら聞くなどすると、話す人も嬉しくなります。 ◇子育て中の親として、家族に関わることも話題になりますが、自由に話してもらうためにも、信頼関係が大切であることを確認しておきましょう。

★家庭教育プログラムにはワークシートで記入するもの、資料、進行案があります。家庭教育学級でそのまま利用したり、参考資料したりできます。使い方もいろいろできそうです。ぜひご覧になり、利用方法を見つけてください。



★4ページの「うぬま中央幼稚園の取組案内」の資料引用部分

資料編

◇スキンシップは、なぜ大事なの？

お母さんは、スキンシップをすることで、子どもがかわいく思えます。

スキンシップを図る

ハグ時間
親子の絆づくり

オキシトシン(愛情ホルモン)

子どもへの愛情が増す。

世話する能力が活性化される。

満足感・安心感は子どもの愛着を形成します。愛着は、人と人との信頼関係の基礎となります。

子どもは、スキンシップをすることで愛されているという安心感をもちます。

私は愛されている

自己肯定感

私は存在しているんだ

子どもは、愛されている安心感をもち、いろいろなことにチャレンジするエネルギーと勇気がわいてきます。そして、チャレンジしたことができたとき、「うれしい」「またやりたい」と心から思います。それが、自信になり、自己肯定感になっていきます。

「抱っこ」のあたたかい思い出は、次世代の子育てへ受け継がれていく大切な時間です。0～5歳の頃は、スキンシップで自己肯定感を育てましょう。

-84-

資料編

★資料編：学べる内容が一杯です。

0歳児

抱っこは親子の最高の対話
—スキンシップが子どもの心育てる—

0歳児にとっては、何もかも初めての体験なので、この時期にお母さん、お父さんが抱っこして安心させてあげることが、健やかな成長の力になります。たくさん抱っこされながらおっぱいを飲ませてもらうたり、お母さん、お父さんから語りかけられたり、微笑みかけられることで、赤ちゃんは愛されることの喜びを感じ、人と信頼関係を築いていきます。なかなか泣いていないのか分らない時、まず抱っこをしてみませんか。すると、「おなかがいっぱい」「遊んでほしい」といった赤ちゃんの気持ちが伝わってきます。このように、抱っこすることによって赤ちゃんの気持ちに耳を傾け、赤ちゃんの立場になって受けとめることができるのです。ただ、抱っこする人が悲しかったり、イライラしたりしている時は、抱っこによって赤ちゃんの心が不安定になってしまいます。そんな時は、赤ちゃんの顔をやさしく見つめ、落ち着いた声で抱っこしてあげると、お互いの安心につながります。抱っこは、赤ちゃんが気持ちを伝え、それをお母さん、お父さんが受け入れ、お互いの気持ちが伝わり安心する、とても大切なコミュニケーションのひとつです。

1歳児

抱っこで愛情の補給
—子どもの気持ちを受けとめて—

子どもの自我が芽生えてくると、意味の幅も広がっていき、少しずつ自分の力で外の世界へ歩き出そうとする時期に入ります。今までお母さん、お父さんへのべたべただった我が子が、自分から離れて楽しく遊んでいる姿に、少し寂しさを感じるかもしれません。子どもは自分でやりたい気持ちはありますが、いきなりひとりではできません。不安もたくさん感じています。そんな時、抱っこして欲しいと子どもはほろからお母さん、お父さんのところに来ることもあります。お母さん、お父さんの変わらない愛情を確認し、また安心して冒険を続けていくことができるのです。あり赤ちゃん扱いをして、何でもお母さん、お父さんがやってくれると意欲の部分も育ちませんし、反対に「早く自立してほしい」と突き放してしまうと、子どもは不安でいっぱいになり、かえって自立できません。振り返った時にお母さん、お父さんがいてくれる—子どもは戻れるところがあると、安心して新しいことにチャレンジしていきます。

お母さん、お父さんに助けを求めたから、抱っこして「愛情」をたっぷり補給することで、子どもの安心感につながります。1歳児は、愛情確認のための抱っこが必要時期です。

出典：「心をはぐくむ」—乳幼児期に大切にしたいこと— (公益財団法人 ソニー教育財団)



上記の掲載冊子は、<http://www.sony-ef.or.jp/>からダウンロードできます。また、「問い合わせフォーム」からご相談されると、必要数を送っていただけるそうです。

自己肯定感には自立へのエネルギーになるんじやよ。その先に待つ困難に立ち向かう時にも、土台になる大切な感情なんじや。親子のスキンシップで、その大事な感情が育つような時間をもってやると、安心感の中で心が育っていくんじやよ。言葉の喋れない小さなお子さんからしっかりと育ててやるのがよいのう。何か大事な事を伝えるときや叱るときなども、手をにぎったりひざに坐せたりして、ゆっくりわかりやすく言うとか、子どもは安心してよく理解できるんじやよ。しかし、ついつい大声で叱ってしまう事もあるわいな。その後は手を握ってやるだけでも安心感につながるんじやよ。