

酒田っ子  
すくすく子育て講座



酒田市

## はじめに

「酒田っ子すくすく子育て講座」は、平成19年10月に第1回目を市広報に掲載してから今まで、77の子育てに関する講座を掲載してきました。

なかでも、東北公益文科大学 教授

國眼眞理子先生が執筆した講座は好評で、「國眼先生のすくすく子育て講座をまとめたものはありませんか。」という多くの声を受け、今回、市広報から抜粋する形で冊子にまとめました。

國眼先生から、今まさに子育てしているお父さん、お母さんへの応援メッセージになっています。子どもの心やからだが健やかに育つヒントがたくさん詰まっていますので、是非、参考にしてください。



目次

人は、愛され理解されたがっている  
存在です。子どもだって、同じです。 6

「何回言ってもできない」  
「やらない」 14

子どもの「大好き」に 7

性格は生まれつきか 15

付き合ってみませんか 7

「叱る」と「怒る」 16

やる気を育てる 8

「イクメン」のすすめ 17

気持ちを言葉に 9

「イヤイヤ」が始まったら 18

絆 10

ねえ、こっち向いて！ 19

思いやりのある子 11

子どもに伝わる「褒め方」 20

絵本を楽しむ 12

親子で一緒に散歩をしてみませんか 21

僕のこと、好き？ 13

いい子に育てる

22

絵本の思い出

32

ちょっと待っててね

23

痛いよう・・・

33

公平に接するということ

24

やりたいことの種

34

安心の補給基地

25

子どもが、かわいいと思えない

35

絆の貯金

26

一緒に遊んで、子育てを楽しもう

36

ママの目は怒ってる

27

赤ちゃんは語学の天才

37

小さいころの話

28

コミュニケーション力を育てる

38

子育ても立派なキャリア

29

子育て応援団

39

きょうだいが生まれる

30

困った口癖

40

ぼく、できるもん

31

人見知り

41

知らない人について行つては

いけないよ

情けは人のためならず

親という「仕事」

ハイタッチの効果

3歳、4歳ごろの心の世界

お母さんへのご褒美

子育て相談機関(一覧)

42

43

44

45

46

47

48



國眼眞理子先生のご紹介

國眼眞理子先生は、東京学芸大学大学院教育学研究科修士課程を修了。主な研究分野は、キャリア心理学、教育心理学、発達心理学。現在は、東北公益大学教授として、また、日本キャリア教育学会の理事として活躍されています。

酒田市では、これまで、小中学校や幼稚園、保育園の先生たちが学ぶ研修の講師や、酒田っ子すすく育成会議のアドバイザー、スクールカウンセラーをお願いし、先生からは子ども達の発達、心理について助言や指導をしていただいています。

人は、愛され理解されたがっている  
存在です。子どもだって、同じです。

「ねえ、ねえ、ママ」

「あのね、あのね……」

園から帰って、今日は話したいことがいっぱい。

でもママは洗濯物を取り込み中であちらを向いたまま。

「あのさ……」

「何？」

「えっと、さあ……」

「どうしたの？」

「何かあったの？」

会話は、上手に聴いてくれる人がいて初めて始まります。背中に向かって話ではできません。



忙しくてもちよっと手を止めて、顔を向け、あいづちをうちながら聴きましょう。安心や信頼は、しっかりと自分に向き合って話を聴いてくれる人がいてこそ育まれます。そして、子どもから話しかけてきたときには。語られた「できごと」や「事実」だけでなく、せかさずにゆっくり、「気持ち」に耳を傾けて聴いてみてください。

「自分は大切な子」という自信は、幼いころから自分の「気持ち」を大切に受け止めてくれる人がいて初めて育っていきます。

## 子どもの「大好き」に

### 付き合ってみませんか

2歳近くになるころから、親の願いや思い通りにはいかないことがしばしばでてきます。「駄目!」「どうして、そんなことするの!」「やっちゃ駄目って言ったでしょ」と、行動を止めたりすることが多くなります。「そんなことをする子は、嫌い」「〇ちゃんは悪い子になっちゃたのかな」

思わず口をついて出る否定的な言葉。人を育てるときには、「叱るより褒めよ」と言われます。でも、つい多くなるのが小言です。褒めることの大切さは分かっているにもかかわらずできません。

褒めることが少ないなと思うとき、そんなときは、子どもが熱中して遊んでいること、子どもが大好きなことに付き合ってみませんか

か。人は誰しも自分が好きなことに関心を持ってもらうのは、うれしいものです。子どもだって同じです。周りの人が自分の好きなことに興味をもってくれることは、自分を認めて大切にしてくれるという、メッセージになります。「ポケモン」でも「ミニカー」でも「砂遊び」でも何でもOKです。「よく知っているね」「それは何て言うの?」「一番お気に入りののはどれ」「へえ、すごいね」「そんな合の手をいれながら、子どもから教えてもらって、一緒に楽しんでみてはどうでしょう。

そして「叱っちゃいけない」「あっ、また怒った、私ってだめだな」と落ち込まずに、しかってもいい、でも叱ることの倍以上、認めたり褒めたりうなずいたりしようと思掛けてみましょう。

## やる気を育てる

タロウ君は一生懸命上着のボタンをはめようとしますが、思うようにはまりません。

「早くしなさい」「遅れるよ」「どうして、はめられないの」「これくらいできないと困るよ」

出かける前のあわただしいとき、なかなか待つてやる事ができないものです。つい大人が手を出してしまうことも多いのではないのでしょうか。そんなとき、たとえばうまくいなくても、「よく頑張ったね。またやってみようね」と、自分の力で何とかやってみようかとトライしたことを認めてやりましょう。今度是可以るかもしれないという気持ちが生まれます。

全部できなくても一つだけでもはめられたら大いに褒めましょう。昨日と同じく、今日

も一つしかはめられなくても、昨日も今日もできた、つまり続けてできたのは上手になった証拠。それを認めましょう。昨日できたことが今日もできるのは、当たり前のことではなく、着実な進歩です。

自分の力でできた喜びは格別ですし、やったことが認められると、自分の力を信じて次もやってみよう、ほかのことにも挑戦しようという気持ちを育みます。失敗がやる気を失わせるわけではありません。やる気は、やってみただけと結果が伴わない、認めてもらえないと感じると失せていくのです。わずかでもできるようになったことを、認めていきたいものです。



## 気持ちを言葉に

子どもたちの感情を育む上で、大人の豊かな表情と気持ちを表す言葉はとても大切です。

すてきな夕焼けや虹を見たとき、あるいはお子さんが上手にできて満足そうなとき、我慢できたとき、挑戦したとき、「すてきたね」「やったね」「上手にできてうれしいね」「〇ちゃんのお喜び顔を見ると、お母さんもううれしいな」と。

できなかつたとき、悔しい思いをしているとき、悲しくて落ち込んでいるときには、「もう少しかったのに惜しかったね」「腹立つよね」「ほんとに、くやしかったね」「よく我慢したね」「そんなことを言われると、悲しいよね」と。

今の自分の気持ちをどのように表現すればよいのか、どう言えば人は自分の気持ちを分

かってくれるのか、その手がかりを与えてくれるのは大人の一言です。

とかく否定的な気分ときには、「いつまでもぐずぐず言っていないの」「ほら、頑張つて」と、大人は子どもが味わっている否定的な感情を早く取り除こうと否定してしまいがちです。でも、肯定的な気持ちだけでなく、否定的な気持ちも大切に受けとめてあげましょう。

「コミュニケーションは、人と「情」や「報」をやり取りして、それを共有することです。

「コミュニケーション」と、「情」「つまり「気持ち」が忘れられがちなのですが、豊かな感情表現、それは幼い頃からの日々の生活の中で育まれていきます。

## 絆

「絆(きずな)」という言葉は、「あたたかい情愛による結びつき」という意味ですが、かつては「絆(ほだし)」と読んで「牛や馬をつなぐ綱」、それが転じて「自由を束縛するもの」という意味で使われました。

親はわが子の愛らしい笑顔に触れると、何物にも代え難い絆(きずな)を感じる一方、なかなか思うようにならないときには、「きずな」ではなく、ときに子どもを「ほだし」と感じることもあるかもしれません。

しかし幼いときほど、「何かができる」「言うことをきく」ではなく、できてもできなくとも自分を受けとめてもらえると感ずることが、子どもの成長の糧となります。抱っこすると抱き癖がつくのでは、欲しがるままに母乳をあげると我慢のない子になってしまうの

ではなどと迷うものですが、「ごく幼いときには情愛の出し惜しみをしないことです。大人との間にしっかりとした「きずな」が育つと、やがて子どもはそれを「ほだし」と感じて、自らの足で歩き始めます。

情愛あふれる母性と、未知のものや社会の決まりごとを伝えていく父性の二つのバランスよく注がれたとき、好奇心旺盛な生き生きとした子どもが育ちます。よい子になれと「あしなさい」「こうしなさい」と叱咤激励してばかりでは、失敗を恐れ人の顔色をうかがう子どもになりかねません。豊かな心をはぐくむには、母性が(この担い手は母親や女性に限りません)父性に先んじてることを改めて確認したいものです。



## 思いやりのある子

思いやりのある子に育ててほしいという願いは多くの保護者の方がお持ちでしょう。ではこの「思いやり」の気持ちはどのように育っていくのでしょうか。

幼稚園や保育園に通い始めたころの子どもは、自分が見ている世界や聞いている世界が世界のすべてです。自分に見えるものは人も見えるもの、自分が聴いていることは人も聞いていると思っています。

子どもと連れ立って歩いていると、子どもが「あれ、何?」「今の何?」と聞いてくることがあります。「えっ、どれ?」「何が」と大人が聞き返すと、「あれだつてば」「今、聞きたあれ」とやや苛立ち気味な答えが返ってくる場合があります。子どもは自分が見ているものや聞いているものは、周りの人も見て

いる、聞いているはずと思っていますから、なぜ分からないのか分からないからです。

あるいはまた、3歳くらいの子が鬼ごっこをすると、自分は鬼から隠れる役なのに、目をつぶって待っていることがあります。自分に鬼が見えなければ、鬼も自分の姿が見えないはずというわけです。人の立場で考えることや、人と自分では見え方や聞こえ方が違うらしいと気付くのは4歳くらいになってからです。

おもちゃや遊具の取り合い、きょうだい喧嘩はよくあることですが、4歳前後の時期は「相手の気持ちを考えなさい」「どうしていじわるするの」と叱るのではなく、「〇君は、こうしたら喜ぶんじゃないかな」「〇〇って思っているかも知れないよ」と大人が言葉を添えながら、気持ちをくみ取る手助けをしてみてください。

## 絵本を楽しむ



読書の秋。最近よく、子どもに本を読み聞かせる大切さが語られますが、みなさんのご家庭ではどうでしょうか。

私も子どもたちが幼かった頃、毎晩せがまれて、ひとり2冊と約束して、寝る前のひととき、絵本を読んだことを思い出します。昼間の疲れもあり、眠いのは母親の私。睡魔と戦いながら読んだものです。なかでもお気に入りは「泣いた赤鬼」(当時浜田廣助が山形県生まれの作家とは知りませんでした)や「しよぼうじどうしゃじぶだ」「モモちゃんとアカネちゃん」などなど。それぞれ繰り返し暗唱できるくらい読んだものです。「ああ」とハラハラしながら聞いている子どもたち。今

思うと、ハラハラドキドキの体験も、大人と一緒に安心してそれを体験するところに意味があると思います。ちょっと怖いけれど、心配だけれど、自分一人じゃないから大丈夫。そしてわくわく楽しい部分は、一緒にわくわくといったところでしょうか。

絵本を読むという営みは、知的な刺激のためと言うよりは、絵本を通じて家族と関わり、ひとと気持ちを共有する楽しさを教えてくれます。いつも同じ本ばかり読みたがるとか、静かに聞いているのに、逆に読んでいると寝てしまうという声を耳にします。が、登場人物の気持ちを感じておしゃべりしたり、からだを動かしたりする、あるいは、心地よい響きの中で眠りにつけるといのは、安心という何ものにも代え難いものを得ていることの証しだと思えます。

## 僕の「と、好き？」

タロウ君はヨウ子ちゃんとの二人きょうだいです。ある日、タロウ君は「お母さん！僕のこと好き？」と、尋ねました。「ヨウ子ちゃんに優しくしているときは、好きよ」と、お母さん。「好き」と言われても不服そうなたロウ君です。

また別のある日、タロウ君はお父さんに「誰が一番好き？」と、尋ねました。「二人とも好きだよ。お父さんとお母さんの大切な子だからね」と、お父さん。これまた、タロウ君は釈然としない表情です。そして「ねえ、僕とヨウ子ちゃんと本当はどっちが好き？」と畳み掛けてきます。

皆さんはこんな質問を受けたことはありませんか。ここでタロウ君が求めているのは、自分にとって大切な大人から、自分が誰より

も大切にされているという実感です。ですから、条件付きの「好き」では満足できません。また、「タロウ君が一番好き」と言いつつ、妹のヨウ子ちゃんにも「ヨウ子ちゃんが一番好き」と言ってしまうと、「僕のことが一番好き」と言っていた「私のほうが一番好き」と言っていた「私」と、新たな争いの種にもなりかねません。

漠然と「タロウ君が一番好き」だけではなくて、たとえば「笑っているタロウ君が大好きだよ」と子どもの良いところを添えつつ、ぎゅっと抱きしめたり、頬ずりしたりしてかけがえのない大切な存在であることを伝えてみてはどうでしょうか。

人との関わりの中で、自分や周りの人のことを大切にするためには、自分が丸ごと大切にされているという実感が欠かせないのです。

## 「何回言ってもできない」「やらない」

「何回言ったら分かるの」「さっき、教えてばかりでしょ」とつい口にしてしまうことはありませんか。子どもが何度教えてもできなかったり、言ってもやらなかったりすると、イライラしてつい叱ってしまいがちです。

「あの子は何回言ってもできない」と言うときの「何回も」は、大抵3回程度です。「失敗にめげない、たくましい子」であってほしいと願いつつ、3回失敗するところでしよう。たとえ4回目「できたとしても、3回も教えたのだから、できて当たり前。」まったく何回も言わないとできないんだから」といら立ち、せっかくなできたのに、「やぐできたね」「すごいね」と褒め言葉や励まし言葉をおぼれてしまふことはありませんか。

一方で子どもたちは、好きなことやゲーム

なら言われなくても喜んで取り組みます。何度失敗しても、繰り返し「今度こそ」とチャレンジします。やってみたことがないゲームにも、ちょっと難しいゲームにもチャレンジします。そうです。ゲームならば10回失敗しようとならば20回失敗しようとならば、嫌味も言われません。それどころかうまくいったときには、ゲーム上で「こほっぴ」や「褒め言葉」がもらえます。安心して失敗できるのです。

うちの子は何回言ってもできない、チャレンジ精神がないなどとあきらめてしまわずに、「もう一回やってみようか」「一緒にやってみよう」と声を掛けてみませんか。できたときは一緒に喜び、できないときにはヒントや手を添えてあげましょう。手を添えてできるのは、できて当然ではなくて、それまでできなかったことができたのですから大きな前進です。

## 性格は生まれつきか

かつて、ある病院で新生児室をみせていただいたときのことです。すやすや気持ちよさそうに眠る子もいれば、物音にびくっと反応する子、周囲を急かすように泣き続ける子ども、どの子もまだ生まれたばかりなのに実に個性的であることに驚いたものです。

このように、性格には持って生まれた面があります。それが変わりにくいものであるかどうかは別の問題です。よく言われるように、遺伝的にはまったく同じ素質の双子でも、成長するに従って表情やしぐさ、声色といった一般に変わりにくいと考えられる特性も異なっていくきます。

時折「血液型は何型?」「A型よ」「やっぱりね、そうだと思った」という会話を耳にします。同じように変わりにくいと考えられて

いるためか、性格は血液型と結び付けて語られることがよくあります。血液型は確かに終生変わりませんが、人の性格は血液型によって形成されるわけではありません。あいさつ代わりに聞かれる「何型ですか?」という問いに、血液型のことでは性格を聞かれているのだと分かるのは、世界中で日本と、お隣の韓国くらいです。

この子は「B型だから」「AB型だからOOなんだ」「仕方ないよ、O型だから」といった固定的な見方は、子どもの未来へ開かれた可能性を限定してしまいます。「B型だから」と思って育てれば、いわゆるB型らしい行動をする子どもになります。多様なその子らしさを、わずかに四つのタイプに押し込めてしまふのはいかがなものでしょう。その子がお父さんやお母さんと同じ血液型だから性格が似るわけではありません。血液型にとらわれずにその子の良さを認めたいものです。

## 「叱る」と「怒る」



「子どもを叱ってもいいんですか」

あるお母さんが、子育て中の若いお母さんからこう問われて面食らったという話を聞きました。

「褒めて育てる」とか、「叱るより褒めよ」という言葉をよく聞く今、「叱ってはいけない」と思うことや「叱ってはいけないのだから」と戸惑うことがあるのかもしれない。子どもが幼いときほど、親は優しく包容力があって温かいというイメージが勝り、「優しいお母（父）さん」と「叱るお母（父）さん」が両立しにくのでしよう。

一方で、幼稚園や保育園の先生からは、子どもたちには「叱られた経験」が乏しいのではないかという話をよく聞きます。

大人の思うように子どもが行動しないとき

に、感情にまかせて腹を立てて声を荒げる(つまり「怒る」「怒鳴る」)のは論外としても、これから独り立ちする子どもにとって、人と共に生きる社会のルールを教えてくれるもっとも身近な存在、それは保護者です。子どもが人に迷惑をかけたなり、人を傷つけたりしたときに、わが子に嫌われたくないとか、その心を傷つけたくないからといって、優しい親でいることはできません。

自分のことを絶えず気にしてくれる人がいる。しかもその人は自分のことを大切にしてくれるということが子どもに伝わっていれば、叱っても良いのです。ただ、その時々で気分が怒るのではなく、何がまずかったのか、どうしたら良かったか、親としてはどうしてほしいのかがわかるように叱りたいものです。

「叱る」と「怒る」の違いを頭に置きつつ普段から意識して「それでいいよ」と認め、褒めることが大切です。

## 「イクメン」のすすめ

積極的に子育てにかかわる父親を通称「イク(育)メン」とよぶのだそうです。家事をする「カジメン」、自分で弁当をつくる「弁当男子」など、かつては女性の役割とされていた仕事に積極的に、しかも楽しんで参加する男性が増えていることはうれしい限りです。

ちなみに、いま6歳未満の子どもがいる家庭で、父親が家事へ参加する時間は「1時間、そのうち育児に使う時間は33分と、欧米諸国と比べるとまだまだ少ないのが現状です。日本と男性の労働時間がほぼ同じアメリカでは、家事労働時間が3時間13分、うち1時間5分が育児時間ですから、まだ増える余地がありそうです。

家事や育児に楽しんで参加する父親が増えると、母親の心理的な負担はずいぶん減る

のではないのでしょうか。ほかの子より歩くのが遅い、おしゃべりをしないといった心配も、一緒に子育てをしていれば母親一人で子育てに悩むことは減るでしょう。何よりも、日々の子どものささやかな歩みを、二人で共有できる喜びは大きいものです。

時に父親は、子どもに大きな声で話すことや断定的できつい物言いになることがあります。怖いお父さんのイメージを払しょくするためにも、家事や育児を楽しみつつ、子どもと遊びやスポーツを楽しんではどうでしょうか。子どもにとって「怖い」「きつい」父親のままだと、子どもは成長するにつれ、人のふるまいや表情からその人の気持ちや考えをくみとる力が育っていきまますから、時に親の顔を伺いながら行動するようになります。素直に気持ちを表現できる子、それは幼いときからの親子の日常の何げない触れ合いの積み重ねだと思えます。

## 「イヤイヤ」が始まったら

大人にとって、駄々をこねたり、ぐずぐず言っ、言っことを聞かない子は扱いつらいものです。しかし子どもはどんな人に対しても、そうするわけではありません。この人なら大丈夫と感じるときや、「そんなことを言う子はうちの子じゃない」などと見捨てないし、何があってもきつと守ってくれると感じられるときに、素直にその気持ちを表します。

たいてい2、3歳ぐらいになると、いわゆる「反抗期」がやってきます。順調に発達している証拠なのですが、食事や着替え、遊びに始まり、日常のありとあらゆる場面で「イヤ」が始まります。「この服を着ようか?」と言えば「イヤだ」、「じゃ、こっちにする?」と聞けばそれも「イヤ」。大人は、「それじゃ、いったい何着るのー」といら立ちます。しか

も言っことを聞くのが「イヤ」と言うだけではなく、「イヤ」と言ったときの大人の対応を楽しんでいるときもありますから、忙しいときほど大人はイライラしてしまいます。

そんなとき、先のようなやり取りをした後、大人がいくつか選んだうえで「このなかで、どれ着る?○○ちゃん、選んで」と、子どもに選ばせてあげてはいかがでしょうか。「自分が選ぶ」がポイントです。

ただし、それならと、初めから子どもに選ばせてしまい、最初のやり取りを省略するようなことはしないでください。一見無駄に見えるやり取りですが、大人がきちんと向き合っ、自分を大切にしてくれることを知る貴重な機会だからです。人とのやり取りの力を育てつつ、子どもと保護者との絆を確かなものにしていきましょう。

ねえ、「こっち向いて!」



屋下がりの乗り物の中での光景です。4、5歳くらいの男の子が、お父さんとお母さんの間で窓の方を向いて座っています。窓の外を見ながら「ねえ、見て!」「あっ、ピカチュウーがいたよ!」「あれ、お祭りかな」その子は盛んに話し掛けるのですが、お父さんは目を閉じ、お母さんは男の子の言葉に「そお?」「そうなんだ」と相づちは打ちますが、目は携帯電話の画面にくぎ付け。そのうちお母さんは「ねえねえ、今日〇〇で花火があるんですって」とお父さんに話し掛け始めました。とたんにその子はキッと振り向き「ママはいつだって、それはっっかり見てるんだから!」

携帯電話は今や私たちの生活になくてはならないものです。電話やメール機能ばかりではなく、必要なことをすぐに検索ができる便

利な道具です。でも子どもと一緒に過ごすときには、バッグやポケットにしまいませんか。子どものコミュニケーション能力は、身近な人とのかわりから育ちます。それもまだ首も座らない赤ちゃんのときから始まります。でも赤ちゃんはこの子どものように「こっち向いて」とは言えません。赤ちゃんをよく見ていると、生まれて2か月ほどたつと「アア」といった泣き声とは違う声を出すようになります。ほほ笑みながら、その声に応えると「アア」と返してきます。

そして3か月もたつと、人の顔、ことに大人の女性の顔に応えて盛んにほほ笑むようになります。表情でコミュニケーションができますようになるのです。大人が表情豊かに子どもからの働きかけに応えること、その積み重ねがコミュニケーションの楽しさや言葉の力を育てていきます。

## 子どもに伝わる「褒め方」

「褒めて育てる」と言われますが、何を、どのように褒めればよいのでしょうか。

例えば、子どもが、使ったおもちゃを片付けている場面を考えてみましょう。ここで大人が「えらいね」「すごいね」と褒めても、子どもは何がえらいことなのか、何がすごいことなのか、案外分かっていないことがあります。単に「今日、お父さんは機嫌がいいな」「優しいな」では、せっかく褒めたのにもったいないですね。

「褒める」という行為には、「それでいいよ」と大人が望んでいる方向を示すという面と「うれしいよ」「好きだよ」といった気持ちを伝えて安心感を与える面があります。

「えらいね」「さすが3歳のお兄ちゃん」といった褒め言葉に続けて、「遊んだおもちゃを

片付けているんだね」「片付けておくと、明日、またすぐに遊べるよね」と、何が良いことなのか、それはどうして良いことなのかを示すと、分かりやすくなります。

そしてこのとき、言葉だけではなく笑顔と共にぎゅっと抱きしめたり、頬ずりしたり、頭をなでたりしてみましよう。言葉だけよりも、これは良いことだということがはっきりと伝わります。子どもが幼いときほど、言葉だけで分からせるのは難しいものです。表情やしぐさの力を生かしましょう。

そして、最後にもう一度、「えらいね」「お母さん、うれしい」と親が喜んでいることを伝えてみましょう。



## 親子で一緒に散歩をしてみませんか

皆さんは自分の幼いときの記憶を何歳くらいまでたどることができるでしょうか。記憶についての研究によれば、それは3、4歳くらいだといわれます。記憶は言葉の発達と深い関係にあり、言葉によって体験を整理する力がつくると記憶できるようになると考えられています。

皆さんの中にも、せっかく遊園地に連れて行ったのに、子どもはちっとも覚えていなくてがっかりした、そんな経験を持つ方もおられると思います。でも逆にこの時期を過ぎると記憶は次第に思い出として残るようになります。日本海に沈む夕陽が燃えるように赤かったという情景や、誰と何をしたという出来事は、そこにワクワク、ドキドキ、ハラハラという気持ちが伴って、いっそう思い出とし

て残るようになります。

ここ酒田は、実に自然豊かな土地です。しかし、豊かな自然があるといっても、子どもがそれを意識しなければ、その良さを感じ取ることができません。小中学生を対象とした自然体験活動に関する全国調査によれば、この一年の間に、「太陽が昇るところや沈むところを見たこと」がほとんどない子が43割、「夜空に輝く星をゆっくり見たこと」がほとんどない子が35割います。しかもその割合は7年前に比べ増加しているという結果でした。

これからの季節、寒さが加わると、子どもは屋内で過ごすことが多くなります。でも風のない穏やかな日には、子どもと一緒に散歩をしながら、車で通り過ぎる風景とは異なる、身近にある豊かな自然やその変化を親子で味わってみてはいかがでしょうかでしょう。

## いい子に育てる



「這えば立て、立てば歩めの親心」といわれるように、子どもが成長するにつれ親の望みは次第に高くなっていきます。そして、親は子どもよりも経験がありますから、子どもがやっていることに、「ああしたら」「それじゃ、ダメ」「そんなことしたら、うまくいかなーい」などと口を挟みたくなるものです。

でも大人が正しいことを子どもに伝えれば、子どもはその通りに正しい行動を身に付けるかといえ、そうはいきません。大人だってお酒は飲みすぎない、腹八分目で食べるのが良いとわかっているにもかかわらずはできません。子どもも同じです。子育ては、理科の実験のようにはいかないのです。親があまりに正しいがゆえに、自分の気持ちや考えを率直に言えずに、期待という荷の重さにつぶさ

れてしまう子もいます。

子育てで肝心なのは、子ども自身が自分うちの子として大切にされていると実感しているかどうかです。

時々わが子がこうなったのは、自分の育て方が悪かったからだとおっしゃる方がいますが、仮に過去に何かがあり、原因が分かっても何の解決にもなりません。親は万能ではありませんから、失敗もします。過去に目を向けて落ち込むよりは、これからを考えてみましょう。

例えばこの頃しかってばかりいるなと思ったら、しかる前に五つ数えてみましょう。カッとしたときの言葉は自身の心を荒げ、怒りをエスカレートさせやすいものです。とっさに水を飲んだり、その場を離れるのもよいかもしれません。子育てにマニュアルはありません。でもちょっとした「こつ」が分かると、荷が少し軽くなるのではないのでしょうか。

「ちょっと待っててね」

「ねえ、ママ」「ちょっと、待っててね」  
ママと知り合いのおばさんの話は、なかなか終わりません。

「ちょっと」とって言ったのに。  
「もう少し」「すぐ終わるから」とって言ったのに。

大人が何か用事をしているときや子どもが留守番をするときなど、子どもが待てる時間はそう長くはありません。あるいは、乗り物の中で「静かにしててね。すぐに着くから」と言われて静かにできるのは、3歳くらいでは5、6分が限度です。

「ちょっと、ここで待っててね」「すぐ買ってくるから」「ここを動かないでね」。そう念を押したのに、その場に戻ったら子どもがいらない、そんな経験はありませんか。

時間の感覚が十分に育っていないために、子どもが受け止める「ちょっと」「や」「少し」は、大人が考えるそれとは、ずれがあります。15分という時間は子どもにはとても長く、不安な時間に感じられます。お母さんやお父さんがどこかに行ってしまったのではないかと不安のあまり探し回ってしまうこともあります。揚げ句の果てに「待っててねって、言ったでしょ」「あれほど、動いちゃいけないよって言ったのに」と叱られてしまいます。

成長するにつれ、次第に時間感覚が育ち、少しずつ待つことができるようになります。時計の絵を描いて、「この針がここまで来たらこれをしようね」とか、「ここまで間にこれをするのよ」といったように時間の感覚を育てるのも一つの方法です。

## 公平に接するということ

きょうだいが二人以上いるとき、どの子にも平等に接することや、一人ひとりを大切にすることは案外難しいものです。

「どっちが上手」

「僕のほうが速いよね?」

と、歳が近いほど、親をめぐる争いも生じます。ことに二人きょうだいの場合には、互いに自分のほうが大事にされたいと張り合うこともしばしばです。

先日、あるお父さんがためらいがちにこんな質問をされました。

「下の子を〇〇へ連れて行ってやりたいのですが、上の子も一緒に連れて行くべきですよね」

この方は、休みの日にはお子さんの好きなことに付き合おうとすてきなお父さんです。一人

ひとりを大切にしたい。でも、きょうだいで扱いを変えると不公平になるのではないか。それぞれの子どもへの願いはかなえてやりたいが、この身は一つ。連れて行かない子に寂しい思いをさせてしまうのではないかと、氣遣ったの質問でした。

こんなとき、一緒に連れて行くよりも、今日は私（僕）がお父さん（お母さん）を独り占めできる日、次の休みはきょうだいの日というようにしてみてはいかがでしょうか。きょうだいと言っても、年齢も興味関心も異なります。一緒に連れて行っても、同じものを与えても受け止め方はそれぞれです。ある子は喜んで別の子が喜ぶとは限りません。自分だけの特別な日は、自分が大切にされている証しとして、それぞれにきつと良い思いになるでしょう。

## 安心の補給基地

いま至るところで耳にする「安全」「安心」という言葉ですが、子どもたちの健やかな成長にとっても欠くことができないキーワードです。子どもにとつての「安全」「安心」、それを保証するのは、言うまでもなく子どもと生活を共にする大人です。

2歳ごろまでの子どもは、目の前から見えなくなったものは、無くなってしまったと捉えています。ですから、そばにいますと思っていたのに、その大人がいらないことに気付くと、不安になって大慌てで探します。大人がおちおちトイレにも行かれないのもこの頃です。

また、よく寝ているからと、子どもが昼寝をしているうちにちょっと用足しに出掛けたら、そういうときに限って目を覚まし、子どもが大泣きしていたという経験はありません

か。

いつも世話をしてくれる人がそばにいないと、不安を静めることができません。見慣れないものがあっても、片手はそばにいたる大人の服や体に触れたまま、もう片方の手で確かめることができます。びっくりしたり不安になっても、大急ぎで駆け寄ってしがみついたり、膝の間に顔をうずめたりして、「安心」を充電します。

驚いたときや不安なとき、身近な人に触れる（見る）↓安心をもらう↓自分の遊びに戻る。こんな流れができていると、パニックを起こさずに自分の気持ちをコントロールできる子、好奇心旺盛な子に育っていきます。



## 絆の貯金

「子どもが思い通りに育たない」「自分の子育ては間違っているのだろうか」「こんな気持ちを抱いたことはありませんか。」

どのような子育てが正しいのか、迷いは尽きませんが、残念ながらその答えはどこにもありません。時折「こうすればうまくいく○○」といった本がありますが、その通りに育てたとしても。望み通りの子に育つ保証はありません。

では、親が子どもにしてやれることは何でしょうか。

小さい子どものお父さんやお母さんにとっては、まだずっと先のことに思われるかもしれませんが、10歳を過ぎるころから少しずつ親離れを始めます。その時期までにしておきたいこと、それは親子で「ああ、おもしろか

ったね!」と言える経験をたくさんしておくことです。

公園で一緒にサッカーボールを追いかけたり、シーソーに興じたり、砂山にトンネルを作ったりなどなど。何か特別なことをする必要はありません。一緒に笑い、一緒にびっくりする体験こそが大切なのです。

子どもは成長するにつれて、いろいろなことを経験します。難儀な経験もあるでしょう。それを乗り越える力になるのが「親はわかってくれる」「こんなとき親ならどう思うだろうか」という思いです。それが感じられれば、大抵の危機を乗り越え成長していきます。

さあ、今から親子の絆の貯金を始めませんか。

## ママの目は怒ってる

マー君は、妹とけんかをして、思わず手が出てしまいました。妹は、泣いてママに助けを求めます。そこでママはマー君に「どうして、たいたいの」と聞きました。マー君は黙ったまま、何も言いません。「ママ、怒らないから言っごらん」「マー君は下を向いたままです。」

.....

「黙っていちゃ、わからないでしよ」

「怒らないって言ってるでしよ」

「だって…」

「ママの目、怒ってるもど」

.....

ママは冷静にマー君の言い分を聞いて「うと思つてのことでしたが、ごつちも言葉は裏腹に、表情は険しかったようです。」

表情は実に正直です。出すまいとしても、素直に気持ちを表してしまいます。言葉を十分に理解できない幼い子どもは、周りの人の表情やしぐさ、雰囲気などを頼りに状況を理解します。マー君は、「怒らないから…」と言うママの言葉ではなく、その表情からママが言いたいことを理解したのです。

また、ここでママがはじめに言った「どうして」という表現は、よく使われる問い掛けですが、理由を問うよりも、子どもは叱り言葉として受け止めがちです。「マー君は、どうしたかったのかな」とか、「ママは、〇〇してくれるとうれしいな」といった表現を工夫してみてください。



## 小さいころの話

「ぼくが小さかったとき、どんな赤ちゃんだった？」

マー君はママに、時々小さかったころの話をせがみます。

「元気によく泣く赤ちゃんだったよ」

「ママ、大変だった？」

「マー君は、ママにとって始めての赤ちゃんだったから、どうして泣いているかがわからなくて、困ったこともあったな」

「赤ちゃんって、お話できないもんね」

「でもマー君は、お乳を飲むとき、じーっとママの顔を見るの。一生懸命飲んで、ちょっとお休みしては、ママを見るのよ。その黒い目がキラキラしているの」

「へえ。ママと、目でお話していたんだ」

「それに赤ちゃんってね、やさしい甘い匂い

がするの。ぎゅって、抱きしめたくなるの」

小さいころの話を聞いてマー君は、今は話すことも走ることもできるお兄さんになったことや、愛されてきたことを確かめているかのようです。

子育ての過程では、初めて「マンマ」と言ったときのこと、一人で歩いたときのこと、ダンゴ虫探しに夢中になったことなど、それぞれの家庭で、ほほ笑ましいエピソードがいくつもあることでしょう。

その語りを通して、子どもは自分が大切に育てられてきたことを感じるができます。そしてそれは、自分を大切にし、周りの人を大切にしている心の原点です。

## 子育ても立派なキャリア

Aさんは、0歳のミーちゃんと3歳になるユ一君のお母さんです。外遊びが大好きなユ一君は、起きるやいなや、「お外へ行く」と飛び出そうとします。「ちょっと待って」「外は寒いから、ちゃんと服を着ようね」

その傍らでは、ミーちゃんが箱からティッシュペーパーを取り出してご満悦。「あくあ、またやられた…」思わずため息が出ます。

洗濯や掃除、料理といった家事はもちろん、食事のたびに口の周りをひげだらけにする二人と格闘し、転んでビショビショ、どろどろになった二人を追いかけていると、あっという間に一日は終わります。夜は子どもを寝かしてつけているつもりが、自分が先に寝入ってしまうありさまで。育児雑誌に見るファッショナブルなお母さんと似ても似つかない自

分、すてきなインテリアに囲まれた部屋と無縁なわが家。新聞を読む間もなく、何か社会から取り残されたような気分です。

でも育児は立派なキャリアです。キャリアには経済的な対価を得るワーク・キャリアの他に、自分や周りの人の人生を豊かにするライフ・キャリアがあります。このキャリアを通じて、段取りよく取り組む力や予定が変わっても臨機応変に対処する力、子どもの気持ちに添う力、子どもの持ち味に気付きそれに合わせて関わる力が育ちます。そして何よりも子育てを通じてネットワークが形成されます。これらは皆、子育てという役割を果たすことによって得られる力です。



## きょうだいが生まれる

自分の誕生日に妹が生まれた人の話を聞いたことがあります。ワクワクして待っていたその日に、急にお母さんがいなくなり、周りの大人たちが皆そわそわしだして、自分一人が取り残されたような心地がしたそうです。

この方はすでに成人しており、私に笑い話として語ってくれたのですが、それまで大切にされ、皆のまなざしを一身に浴びてきた自分が感じた、支えを失ったその心もとない感じを今でも覚えていると話してくれました。

赤ちゃんの誕生は、家族にとって喜ばしい出来事です。しかし多くの場合、3歳前後しか離れていない上の子にとっては、妹や弟の誕生は自分を取り巻く世界がガラリと変わる一大事です。

赤ちゃん同様、家族みんなにとって大切な

子であること、それは今までと変わらないことを、抱きしめたり、頬ずりしたりして、しぐさや表情でたっぷりと伝えてください。

「お兄ちゃん（お姉ちゃん）になったんだから」という言葉を掛けがちですが、本人の甘えたい気持ちを封印しかねません。まず甘えたい気持ちをしっかり受け止めることが先決です。4歳、5歳以前の子どもにとっては、理屈ではなく、目に見える、肌で実感できる世界こそが全てだからです。

自分が大切にされていると感じて初めて、誕生したきょうだいを大切な存在だと受け止める、一緒に誕生や成長を喜ぶことができるのです。



## ぼく、できるもん

「ぼく、できる」「ぼく、知ってるもん」を連発するマーちゃん。でもママは「できっこないのに」「知ってるはずないのに」と少々不安です。

こんなとき「あなたには、ムリ」「できるわけではないでしょう」と否定せず、「できるといね」「そう、お母さんにも教えて」と、まずはその言葉を受け止めてください。この子はできないことを言う、とそれをだしなめる必要はありません。やってみて、できなかったとき「残念だったね、またやってみようね」とひと声添えてみてはどうでしょう。

幼いときは、自分は何でもできるという感覚（全能感）を持っています。わが家の隣に住むタケシ君は、「おばちゃん、見て、見て」

「タケ君すごいね、って言って」と盛んに私に感嘆の言葉を催促します。

子どもにとって、できるかどうかよりも、自分にとって大切な人に、できる自分、すごい自分を認めてほしいのです。

大人に期待されるのは「鏡」の役割です。私たちは身繕いをするときに鏡を見ますが、鏡は「似合わない」とか「配色が変だ」などと言いません。鏡に映った自分の姿を見て、自分でいいかどうかを判断します。

子どもも、自分にとって大切な人という鏡に映った自分を見て、自分のイメージを形作っていきます。そして遠からず、自分が何でもできるとは限らない、と知ることになります。

幼いときに全能感を十分に満喫し、それを受け止めてもらえた子は、成長の土台がしっかりとした子に育っていきます。

## 絵本の思い出

土曜日や日曜日に休めない、あるいは夜遅くまで仕事があるお父さんお母さんが増えていきます。子どもと触れ合いたくても、その時間がなかなかとれない、いつも見るのは寝顔ばかりという方もいるのではないのでしょうか。そんな方も、たまの休みや子どもが寝る前のひととき、気軽に子どもと絵本を楽しんではいかがでしょうか。

先日、ある新聞の「読書日記」欄に、新進気鋭の哲学者が幼いころに読んでもらった「しょうぼうじどうしゃじぶた」(渡辺茂男作、福音館)という本をとりあげていました。ご存じの方も多いかと思いますが、はしご車やポンプ車、救急車の陰で目立たなかった小型消防車「じぶた」の活躍を描いた本です。筆者は「ちびっこでも、性能がいいんだぞ」と

いう台詞に込められた気持ちをいつまでも大切にしたいと結んでいました。40年余り前に書かれたものですが少しも古さを感じさせません。私も子どもが4歳、5歳のころ、せがまれて何十回となく読んだ本です。本を読むと、子どもたちは機嫌よく寝てくれました。毎晩2冊という約束でしたので、子どもたちは寝る前にどれにしようかと選ぶのも楽しみだったようです。

絵本は、心に響く言葉を与えてくれます。そして何よりも一緒に絵本を囲んだ思い出は、家族とのぬくもりのある記憶として残ります。どこかへ出掛けられなくても、大丈夫。堅苦しい目的は脇に置いて、短い時間だけでも絵本を通して触れ合いを楽しんでみませんか。

痛いよう……

大声を上げて泣くタロウ君。転んで膝を擦りむいてしまいました。「痛かったね」「痛いの、痛いの、向こうのお山へとんでけえ」おばあちゃんは早速おまじないをしてくれました。

子どもが転べば、泣くのは当たり前。痛ければ泣くのは当然だと思われがちですが、果たしてそうでしょうか。

実は「痛い」と言ったとき、「痛かったね」と受け止めてもらった初めて「痛い」という状態と「痛い」という言葉が結びつきます。泣く子を弱虫とか、意気地がない、わがままな子と否定的に受け止めがちですが、泣く子は自分の感情を率直に表現できる、表現して

も大丈夫だと感じている子なのです。

子どもは、悲しいとき、寂しいときや不安なときだけではなく、痛いとき、疲れたとき、空腹のとき、あるいは悔しいときやいら立つときにも泣きます。泣いている子に、大人は「それくらいのことでは泣かない！」と否定したり、周りの人に迷惑をかけているとか、恥ずかしいと思うあまり、「泣いてちゃわからないうでしよう」と、まず泣くことをやめさせようとしがちです。

でも、それよりもまず「痛かったね」「寂しかったね」「負けて悔しいね」と、きっとその子がそのとき伝えたかった気持ちを、言葉にしてあげてください。そうすることで子どもは次第に自分が今感じている状態や気持ちを言葉で表すことができるようになります。そしてやがて、状況に応じて、人の気持ちを理解することができる子になっていきます。

## やりたいことの種

「別にいいです」「やりたいことは、特にいいです」。これは、卒業後の進路を決めなければならぬときに、高校生や大学生の口から時折漏れる言葉です。こんなとき、私は彼らによく「小さいころを振り返ってみて。興味をもったことは何？」と問い掛けます。それは、幼いときに夢中になったことを探っていると、意外に自分の進路を考える種が潜んでいるからです。

自分は何が好きで何が嫌いか、どんなことが得意でどんなことが苦手か、それらはやったことがなければ、まだ見たり聞いたりしたことがなければ、気付きません。将来に向けた種は、幼いときからの経験の積み重ねです。年末年始は、クリスマスや大晦日、正月など、それぞれの家庭や地域に伝わる行事が多

いことでしょうか。ぜひ子どもたちにも、年齢に応じた何らかの仕事を体験させてほしいと思います。大人だけでやってしまう方が手早いのですが、ぜひ年末の掃除や飾りつけ、季節の料理づくりなど、手伝いを頼んでみましょう。また日常の生活では減ってしまった、よその家への訪問やお客様を迎えること、あるいは年長の方や年下の子との関わりや年末年始のあいさつなどを体験する絶好のチャンスです。

子どもには、自分で体験しなくても人がやっているのを見るだけで、それを身に付ける優れた能力があります。子どもに多様な経験をと言つと、何か習い事をさせるとか、どこかに連れて行くことを連想しがちですが、そうした外部の人や事に頼らずとも、この季節は、いつもとちょっと違う経験ができる。子どもにとって貴重な季節です。

## 子どもが、かわいいと思えない

母親がこつこつぶやいたとしたら、「親として未熟」「親失格」でしょうか。あるいは周囲の人から「まだ小さいから、大変だよね」「思うようにならなくてつらいよね」と受け止めてもらえるでしょうか。

親業は「本日の営業は終了」とは言えませんが、特にきついのが、家庭で一人で子どもを育てている方の場合です。営業時間は不定期ですし、予測がつかないことばかりです。過保護でも放任でもまずいのです。まさに想定外の連続です。また学業や仕事とは違って、自分のペースでは進みません。子どもが小さいときには、新聞や雑誌を読む時間や、ドラマや映画を楽しむゆとりもないかもしれせん。自分のペースで過ごせないことほど、疲れるものではありません。家にいるから気楽で

はないのです。

先日、男性の育児休業の取得率が平成23年度は2・63割と過去最高になったと報じられました。この割合はまだまだ少ないのですが、子育ての楽しさとその大変さを、両親で共有できたらすてきですね。お互いの力を改めて見直すきっかけになるのではないのでしょうか。子どもとゆとりをもって関わることによつて「かわいい」という気持ちが生じます。子どもは無邪気で天真らんまんという見方がされやすいのですが、時にはわがままで、あまのじゃくです。悪魔に見えるときだってあります。決してかわいいだけの存在ではないのです。家族と子育てを共有できるとき、そこにゆとりが生まれ、「その子の良さ」に気付くことができるのではないのでしょうか。

## 一緒に遊んで、子育てを楽しもう

「育メン」、最近では加えて「育ジュー」と、男性の育児や家事への参加が求められる時代になりました。

ある民間企業による「父親の子育てへの協力度について」の調査で、興味深い結果が出ています。小学生や中学生を持つ母親を対象に調査したところ、父親が子育てにとても協力的だと回答した家庭では、父親が「子どもと一緒に遊ぶ」割合が高く、その割合は小学生では70割、中学生でもほぼ50割に達しています。「子どもに勉強を教える」や「炊事や洗濯などの家事」などとの関連も検討しているのですが、もっとも関連があったのが「子どもとの遊び」だったのです。ちなみに「あまり協力的でない」「全く協力的でない」と回答した家庭では、小学生でも「よく遊ぶ」割

合は5割以下でした。遊びを通して、父親は子どもの様子をよく理解していると感じることが、こうした結果をもたらしているのではないのでしょうか。

父親が子育てに協力的だと感じると母親の子育て不安は少なくなりますし、子どもは親との遊びを通して、自分に関心を持ってきている、大切にされていると実感できます。

「父親の出番は子どもが思春期になってから」という考え方がありますが、これは幼いときから遊びを通して培った関係があったこそです。まだ先の思春期ですが、そのときになってから、子どもと向き合おうとしても、それまでに信頼関係が形成されていなければ、何を伝えても「うっとうしい」存在でしかありません。

お父さんも遊びを通して一緒に子育てを楽しみませんか。

## 赤ちゃんは語学の天才

マーちゃんは生まれて3か月半。近頃盛んに、泣き声とは違う声でおしゃべりするようになりました。言葉という存在を知らない赤ちゃんは、どのようにして言葉を身に付けていくのでしょうか。

例えば赤ちゃんに向かって「オナカガスイ タノカナ」と語り掛けたとします。言葉の存在を知っていれば、「オナカ」「ガ」「スイタ」「ノ」「カナ」と分けることができます。でも赤ちゃんは、どこで区切られるのかを知りませんし、そもそも名詞や助詞、動詞などの文法を知っているわけではありません。

また「マンマデスヨ」と言われても、「マンマ」がスプーンに載せられたおかゆのことなのか、スプーンのことなのか、あるいは「マンマ」をくれるママのことなのか分かりませ

ん。「マンマ」だっておかゆであったり、バナナだったり、お魚だったりといろいろです。

こうして考えると、全く無の状態から、言葉を身に付ける赤ちゃんの力には驚くばかりです。周りの人から語り掛けられる音の中から「マ」「ン」「マ」の三つの音がいつも一緒に使われる塊であることを見つけ出し、それはいつも決まった状況の中で使われ、やがてそれが意味のあるものであることを理解していきます。

赤ちゃんは周りの変化を敏感に受け止め、その変化の中に規則性を見つかるすばらしい能力を持っています。単に大人の模倣をしているわけではありません。周囲の大人の丁寧な語り掛けを手掛りにして、赤ちゃんは自分の方で言葉を学んでいきます。



## コミュニケーション力を育てる

近年、若者たちのコミュニケーション能力不足がしばしば指摘されています。当の彼らも「自分は人と話すのが苦手です」と認めることが多いようです。

こうした時代だからか、企業は採用選考においてコミュニケーション力を重視しています。昨年の経団連調査では、採用担当者の実に82・6%が重視していると答えました。

きょうだいの数が一人か二人となり、保育園や幼稚園、学校も少人数学級の昨今、大人の目配りや気配りが届きやすくなりました。家庭では「ご飯」と言えば食事が並び、「痛い」と言えば「どこが痛い」「転んだの」「けんかしたの」「誰かにいじめられたの」と、本人が伝えようとする前に、周りの大人が聞いてくれます。そして本人に良いように環境を整

えてくれます。

しかしコミュニケーションは、「伝わらない」経験や、「分かってほしい」という気持ちがないければ始まりません。一言で思いが通じてしまう環境では、「人」と、ことに「見知らぬ人」とコミュニケーションしたい、しなければならぬという意欲は湧いてこないでしょう。

幼いころ、大人が子どもの気持ちを察して言葉にしてあげることが大切ですが、子どもが伝える前に大人が全てやってしまつては、人に分かるように自分の思いを伝える力は育ちません。必要のないところには能力は育たないからです。

「ご飯」と言ったとき、あえて『「ご飯」だけじゃ分らないよ。どうしてほしいのかな』と語の掛けてみてください。

## 子育て応援団



生まれて5か月になるマーちゃんはお父さんとお母さんの三人家族です。昼間は、目下育児休業中のお母さんと過ごしています。

お母さんは「マーちゃんは近頃、お父さんが夜に仕事から帰ると、私には見せないような笑顔を見せる」と言います。お父さんは「高い、高い」をしてくれたり、くすぐったり、面白い顔をしたりと、お母さんと一味違う接し方をしてくれます。こんなお父さんとのやり取りがうれしいのでしょうか。

子どもが幼いうちは、母親が育てるのが一番という考え方がありますが、子どもは、自分が求めているものを察して、それに応えて

くれる人が大好きです。生まれた当初こそ母親との結び付きが強いのですが、周りの人との関わりが豊かになるにつれ、次第に複数の人を頼りにするようになります。眠いときやおなががすいたときにはお母さんのところ、遊びたいときにはきょうだいのところ、外へ遊びに行きたいときにはお父さんのところへといった使い分けをするようになります。ちなみにマーちゃんは、寝るときには、お母さんよりもお父さんの方がいいようです。

子どもが健やかに育つためには、大人の手助けが必要です。子どもにとってはお母さん一人よりも、多くの人から世話を受けられ方が好都合です。子どもはお乳をくれるから、あるいはいつも一緒にいるから、その人と気持ちに通い合うようになるわけではありません。お母さんがゆとりを持って子どもに接することができるように、子育て応援団は多い方がいいですね。

## 困った口癖

ケンちゃんは元気のいい5歳の男の子です。ケンちゃんのお母さんの目下の悩みは、ケンちゃんが友だちに向かって「バーカ」と言うことです。

ケンちゃんが「バーカ」と言うたびに、お母さんは、「友だちに、そんなこと言っちゃいけないよ」「『ごめんね』って言いなさい」「『バカ』って言われたら、友だちはどんな気持ちになるかな」と、たしなめるのですが、一向にやみません。どうしたらケンちゃんのこの困った口癖を減らすことができるのでしょうか。

私たち大人は、子どもが何か好ましくないことをすると駆け寄って、声を掛けます。例えば、友だちの輪の中に入れずに一人ポツンとしている子がいれば、そばに行き『入れて』

って言うてごらん」と声を掛け、その子を友だちのそばに連れていくといった具合です。そして仲間に入ったことを確かめると、その場を去ります。

つまり大人は子どもが望ましくないことをしているときには、目を向けたり声を掛けたりするのですが、望ましい状態のときには、あまり注目したり振り向いたりしません。望ましくない行動をすれば大人が自分に注目するので、そうした行動が強められることとなります。大人は良かれと思って働き掛けるのですが、意図とは反対に、子どもにやっほしくない行動を促してしまうのです。

実はケンちゃんの場合、「バーカ」と言わずに友だちと仲良く遊んでいるときこそ、「ほめどき」です。「仲良く遊んでいるね」「楽しそうだね」と声を掛けてみるのです。

## 人見知り



ある日の乗り物の中の出来事です。人がいっぱいなの、しかも身動きがままならない空間のせいでしょうか。生後7か月〜8か月くらいの赤ちゃんが泣き始めました。お父さんとお母さんは交代であやしていましたが、なかなか泣き止んでくれません。乗り物を降りるまでの30分間ほど汗だくの様子でした。

ところで赤ちゃんは、生まれたばかりの頃から人の顔をしっかりと認識することができません。そして3か月ぐらいたともなると、大人と子どもの区別や、男性と女性の区別ができるようになります。

さらに半年を過ぎる頃から、見慣れた顔とそうでない顔を区別します。皆さんは、友人や知人の赤ちゃんと会ったとき、まばたきひ

とつせずにじーっと見つめられた経験はありませんか。赤ちゃんからすれば「この顔は見覚えがあるな」「いや、これは見覚えがない顔だ」という訳です。先ほどの赤ちゃんは、ひよっとすると周囲に見慣れない顔がたくさんいる環境が落ち着かなかったのかもしれない。

とかく人見知りは、困ったこととみなされやすいのですが、確実に心が成長している証です。大家族の場合や人の出入りが多い家庭では、日頃からいろいろな顔に出会っているからでしょうか、人見知りが少ないようです。人見知りかひどい場合、外出を控えるのではなく、逆に人と触れ合う機会を増やしてみようか。人との関わりの中で、赤ちゃんはほほ笑みや喜びの表情を皮切りに驚きや恐怖といったさまざまな表情も学んでいきます。

## 「知らない人について行っては

### いけないよ」

ケンちゃんは、4歳になる人懐っこい元気な子です。スーパーに買い物に行くと、だれかれとなく自分から話し掛けます。当初は積極的でいいなと思っていたお母さんですが、近頃ではあまりに人見知りをしないので不安になってきました。知らない人は、危害を加えることがあるかもしれないと教えなければならぬのは悲しいことですが、行動範囲が広がってきたケンちゃんに、お母さんは、「知らない人について行ってはいけないよ」と言い聞かせています。

しかし、4歳児を対象にした研究では、そのように教えられていても、ついて行ってしまふことが明らかにされています。「知らない人について行ってはいけない」というその言

葉は理解できても、知らない人に出会った場面や、ついて行った結果どのようなことが起きるのか、その可能性を想像することができないからです。

また3歳〜4歳ぐらいでは、人が嘘をつくということが理解できません。相手の言うことが事実と違っていても、それを嘘とは思わず、単に間違えたと考えるようです。相手が嘘をついているかもしれないと判断できるのは9歳を過ぎてからのことです。

つまり、4歳のケンちゃんには、言葉から相手の「心」を理解することが難しいのです。例えば「もうお母さんと会えなくなってしまうかもしれないよ」「もしケンちゃんがいなくなったら、お母さんは悲しくて泣いちゃうよ」など具体的に伝えることが大切です。

## 情けは人のためならず



「情けは人のためならず」とは、人に親切にすれば、親切にされた人のためになるだけでなく、やがて巡り巡って自分に返ってくる。人には親切にしようという格言ですが、これを実証的に確かめた興味深い研究がこの夏報道されました。

保育園に通う5歳から6歳児の日常生活を観察した結果、親切な子どもは、周りの子から好ましく思われるだけではなく、親切にされやすいことを、大阪大学の研究チームが確認したのです。

この研究では、日常、他の子の服のボタンを留めてあげたり、物を貸したりするなど親切な行動をよくする園児と、その園児の周りでこれを見ていた園児のその後の行動を丹念に観察しました。

親切な園児が、ほかの園児に親切にした直後と普段の場面を比べると、親切にした直後では、それを見ていた周りの園児は、親切な園児を手伝ったり、話し掛けたり、親しみの意味を込めて体を触ったりするなど、好意的な行動を普段以上に多く見せました。

当たり前前の結果だと思われるかもしれませんが、ここで肝心なのは、親切な子は、親切にしてあげた子だけから「お返し」として親切にされている訳ではないということです。親切な子は、周りにいてその行為を見ていた子から「親切な子」と見られだけでなく、好ましい働き掛けを多く受け取ることができたのです。

5歳・6歳児でも、人の行動を観察することによって、友達とうまくやっていく力を育んでいることがよく分かります。

## 親という「仕事」

先日、久しぶりに映画を観に行きました。

是枝裕和監督の「そして父になる」です。話題作ですのでご存じの方も多いでしょう。物語は、病院で子どもが取り違えられていたと生後6年経って知らされた2つの家族の親子をめくり展開します。

一方は休日出勤も厭わず子どもことは妻に任せきりのエリートサラリーマン、他方は小さな電気屋を営む子煩悩な父親という対照的な家族です。双方とも子どもを本来の親のもとに戻すべきか否かで、心が揺れています。そうした中で、印象的だったのは、子煩悩な父親が、サラリーマンの父親に、もう少し子どもと遊んでやったらどうかと意見する場面です。サラリーマンの父は「自分には、自分にしかできない仕事がある」と反論するので

すが、逆に子煩悩な父から「父親という仕事も今しかできない、自分にしかできない仕事ではないか」と反論されてしまいます。

映画では父親を中心に物語が進行しますが、父親に限らず親という仕事はわが子との間で、しかもその時しかできない「旬」がある仕事です。母親に比べ、父親と子どもの距離は微妙です。「出番はまだ先」「もう少し大きくなったら」と先延ばしするうちに、子どもは思春期を迎え、大切な絆が育たないまま、親から離れていくことすらあります。

子どもの成長に欠かせない「愛されている」という実感は、親と子がまなざしを合わせ、肌を触れ合う経験によって生まれます。この実感を与えること、これこそが親の仕事ではないのか、そんなことを再確認した映画でした。

## ハイタッチの効果



この季節にしては暖かいある日「ヒロくん、お外で遊ぼうか？」と、お母さんが誘いました。ヒロくんの返事は「イヤ」です。「じゃ、お家で、ブロックで遊ぶ？」と聞いても「イヤ」という返事。このところヒロくんは何でも「イヤ」。さすがのお母さんもお手上げです。こんなとき、ちょっと試してみてください。

「お外で遊ぶ子、手挙げてー！」ヒロくんは、元気に「ハイー！」と手を挙げました。すかさずお母さんは、笑顔でハイタッチしながら「ヒロくんは元気だねー！じゃあ、お外に行こうか」

「こんな調子で。」歯磨きする子、手挙げてー！」

「パジャマに着替える子、手挙げてー！」と誘ってみてください。手を挙げる動作で弾みがついて、おまけに、お父さんやお母さんが「コツと笑顔で、挙げた手にハイタッチすると、案外やってくれることが多いようです。

もちろん、いつもこの手が効くわけではありません。でも、子どもの煮え切らない態度に手を焼いて「いったいどっちなの！」と声を荒げたり「もう知らない。勝手にしなさい」と投げ出したりする前に、ちょっと試してみてください。大人でも子どもでも「しなさい！」と命令されたり、一方的に指示されたりするのは嫌なものです。

「早く着替えなさい！」よりも「着替えようね」や「ヒロくんが片付けると、ママ助かるな」の方が受け入れやすいものです。語尾に「ね」をつけるだけでも、語調はぐんと和らぎます。

### 3 歳、4 歳ころの 心の世界

3 歳ぐらいになると、使える言葉がぐんと増えて、大人との会話が弾むようになります。でも、言葉が達者になる反面、時々トンチンカンな応答をするのもこの時期です。

発達心理学者の松井智子さんは、孫と祖母の電話を介した、こんなやりとりを紹介しています。

祖母が「ユーちゃん、今なにしているの?」と聞くと、ユーちゃんは「お絵かきしているの」と答えます。祖母が「何描いているの?」と尋ねると、ユーちゃんは、電話の受話器を絵に近づけて、「これだよ」と答えます。ユーちゃんが描いている絵は、電話の向こうにいる祖母には見えないのですが、この時期の子は、自分が見たり聞いたりしていることは、

他の人にも見えるはず聞こえるはずと思っているようです。

また、この時期になると「あれ」「これ」「それ」といった指示語をよく使うようになります。子どもが「あれ何?」と尋ねたとき、大人がわからないと、「あれだってば」と少しいら立った反応を見せることがあります。これも同じです。子どもがおもちゃのダンブカーのつもりで「それ取って」と言ったのに、大人がブロックを渡すと不機嫌になります。

これは、3 歳、4 歳ぐらいの子どもは、自分にわかることは他の人もわかるはずと思いついでいるからです。

このあと、3 年から 4 年経つと他の人と自分の見え方感じ方が違うことに気付いていきます。子どもものの心の世界とその成長ぶりは面白いですね。

## お母さんへの「褒美」

1歳を過ぎたマーちゃんには、童謡のメロディに合わせて体を動かしたり「結んで、開いて」をやってみせたりするなど、できることがずいぶん増えました。また歩けるようになって世界が広がったせいでしょうか、今は何でも興味津々で、じっとしていることがありません。狭い所や穴が大好きで、テレビのリモコン、スマートフォンなどがお気に入り。

大人のやること全てが興味の対象です。両親は日々の成長ぶりに目を細める反面、目が離せず、特に平日のお母さんは、気の休まる暇もなくヘトヘトです。

子どもが幼い時、親、ことに母親は自分のために時間を持つことが難しくなります。でも、「この子のせいで自分は何もできない」とか、「我慢すべきだ」と力んで子育てすること

は、子どもの成長にとって好ましいことではありません。子育てを頑張っているお母さんやお父さんに、時に「自分だけの時間」という褒美を自分にあげませんか。

酒田は、働きながら子育てをしているお母さんが多いまちです。子育て中のお母さんやお父さんが、笑顔で子どもに接することができるように、周りの人が「預かってあげるから、少しゆつくりしたら」と一声掛けてあげられるといいですね。

また日頃、家庭で子育てしていて、保育施設などを利用されていない方へは、一時預かりの利用を勧めてみるのもよいでしょう。お母さんやお父さんの元気は、子どもの元気につながります。



## 子育て相談機関(一覧)

子どもの発育、発達、しつけなど、子育てで不安なこと心配なこと悩みがあったら、相談してみましょう。

施設・機関名	電話番号	所在地等	開設日	相談内容
母子相談室	26-4199	市民健康センター	月～金・8:30～17:15	・育児、発育、発達、 予防接種
発達支援室	26-6258	酒田市役所福祉課内	月～金・8:30～17:15	・発達、個別療育指導
家庭児童相談室	24-0981	酒田市役所子育て支援課 内	月～金・8:30～17:15	・子どもと家族の心配ごと や不安なこと ・児童虐待の通報や相談
庄内児童相談所	0235- 22-0790	鶴岡市道形49-6	月～金・8:30～17:15 児童虐待の通報は 24時間受付	
児童センター (親子ふれあいサロン)	26-5613	酒田市交流ひろば内	休館日 12/29～1/3	・子育てのことなら、何 でも気軽に相談ください。 ・歩行、ことば ・育児、しつけ ・発育、発達 ・食事、離乳
酒田子育て支援センター	33-2444	松陵保育園併設	月～金・8:30～17:00 土・8:30～12:00	
八幡子育て支援センター	28-8032	八幡保育園併設	月～金・9:00～16:00	
松山子育て支援センター	61-4821	松山保育園併設	月～金・9:00～16:00	
平田子育て支援センター	61-7228	平田保育園併設	月～金・9:00～16:00	
西荒瀬子育て支援センター	34-2255	西荒瀬保育園併設	月～金・9:00～16:00	
NPO法人 にこっと	23-6330	酒田市二番町7-8	火～日・9:00～17:00	
子育てサポートセンター あらた 育ちの広場 そよ風	26-1154	酒田市東町1-15-25	月～金・8:30～17:30	・発達について気になると 思われる子どもとその 家族の相談、情報提供
児童家庭支援センター シオン	0235- 68-5477	鶴岡市下川窪畑1-288 七窪思恩園内	緊急時は24時間受付	・子ども、家庭、その他 地域、職場のこと ・臨床心理士及び他の 機関との連携 ・ショートステイ、トワイ ライトステイ ・緊急一時保護



酒田っ子すくすく子育て講座

平成26年3月発行

編集・発行：酒田市健康福祉部子育て支援課

TEL (0234) 26-5734

FAX (0234) 23-2258

