

あだあじお通信



まる育サポート「あだあじお」は、丸亀市の利用者支援事業基本型、丸亀市子育て総合相談窓口です。子育て中のあらゆる相談を、子育て支援の専門家(臨床心理士・公認心理師等)を中心に幅広くサポートしていきます。個別相談をはじめ、子育て・思春期座談会、地域の子育て拠点での子育て相談会、子育て支援情報提供など実施しています。この事業に関わっている相談員の先生方にコラムをお願いし、順番にご紹介していきます。

お問い合わせ・申し込み

NPO法人 グランマール

ひまわりセンター3階

9:00~12:00 13:00~16:00

(0877) 85-8810 FAX (0877) 85-8811

e-mail adagio.npo@gmail.com

丸亀市健康福祉部子育て支援課

(0877) 24-8808

あだあじおホームページ

<https://maruiku-adagio.com/>



あだあじおのホームページを開設しています。ご覧ください。



コラム

子どもの『イヤイヤ期』への理解と対応

ご飯を食べるのも「イヤ!」、お風呂に入るのも「イヤ!」、何をしても「イヤ!」で返ってくる『イヤイヤ期』。『イヤイヤ期』は、自我が芽生え、これまでのように親に言われたとおりにするのではなく、自分がやりたいことや気持ちを主張する、自立への第一歩といわれる時期です。しかし、全部は自分でうまくできなかつたり、それを言葉で表現できなかつたり、欲求や感情のコントロールが未熟なために、「イヤ」という2文字に全てを込めて気持ちを表現しているのです。個人差はありますが、大体1歳半ごろから始まり、2歳前後でピークを迎え、3~4歳になり言葉で伝えられるようになってきたり、脳が発達し自制心が育ってきたりすると徐々に落ち着いてくるといわれています。頭ではそういう時期だと分かっているとしても、毎日のイヤイヤに直面するのは大変で、子どものイヤイヤが親のイライラになることはよくあることです。

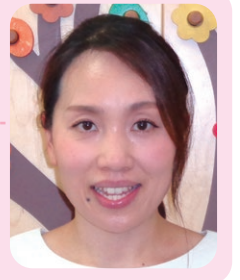
この時期の子どもと向き合うために大切なことは「子どもを一人の人間として尊重し、気持ちを受け止めること」です。そうすることで、自分のことをわかってくれていると安心し、自己肯定感が高まるとともに、親子の信頼関係が築けるでしょう。具体的な対応として、例えば、子どものしたいことが可能か不可能かに関わらず、頭ごなしに否定することなく、まずは子どもの話に耳を傾け、「嫌だったね」「○○したかったね」と気持ちに共感したり、代弁したりすることで、安心感を得て落ち着くことができます。また、選択肢を与えて子どもに決めさせることで、『イヤイヤ期』特有の自分のやりたいようにしたい気持ちを満たせるとともに、物事を自分の意思で決める練習にもなります。そして、ある程度子どもの主体性に任せて、可能な限り見守ることも大事です。2歳の子どもの場合、自分でできることは限られているので、つい親がやった方がスムーズに事が進むと先回りの行動をしたくなります。しかし、そこで子どもを信じて見守るのです。全部できなくてもひとつでも自分でできたことで満足感を得て自立心を養うことにつながります。

なお、「何でできないの!」「ダメな子ね!」といった子どもの人格を否定する言動には特に気をつけたいものです。子どもの自己肯定感が下がるとともに、親子の信頼関係が築きにくくなるからです。注意するときは人格ではなく行為を注意するようにしましょう。また、あなたを主語にするとどうしても否定的になりやすいので、「お母さんは悲しかったよ」など親の気持ちを主語にする「アイ・メッセージ」もおすすめです。

最後に『イヤイヤ期』だけに限らず、子どもは自立していくために、甘えと反抗を絶えず繰り返していきます。親を信頼し安心しているからこそそれを出せるのです。とはいえ、甘えてきたと思ったら反抗するという相反する態度に、親の心も大きく揺さぶられ戸惑うことも多いでしょう。子どもに向き合うためには多大なエネルギーが必要です。親自身が心の余裕を持つためにストレスを溜めない工夫をする、無理をしない、誰かに聞いてもらうなど自分を大切にすることも心に留めておきたいものです。

臨床心理士
公認心理師

濱田 知世
はまだ ともよ





丸亀市子育て支援 総合相談窓口

まる育サポート

～利用者支援事業母子保健型・基本型～



母子保健型
**ハッピー
サポート丸亀**
(健康課)



基本型
あだあじお
(NPO法人 グランマール)

子育ては、喜びとともに、不安や悩みが伴います。
戸惑うことも多かったり、思ったように進まなかったり、真剣だからこぼれ落ちたり落ち込んだりします。
子育ての協力隊をつくりながら、自分自身や子ども、それぞれの家庭にあった子育てをしていくことは大切です。
困ったとき・相談したいけどもう少し様子をみようかと迷う時にも、**まる育サポート「あだあじお」**にご連絡ください。
安心して話ができる場を設けます。
あなたの悩みに寄り添い、相談や適切な機関と繋ぐ手助けや、子育てサービスなどの情報提供をします。

事業

～ 専門相談員が週4日 半日常駐しています ～

個別相談

来所相談・Zoom相談・電話相談を行っています。専門相談員が相談をお受けします。

予約制・相談時間50分

*Zoomアプリの取り方、Zoom相談の手順はホームページに掲載しています。

出張相談

専門相談員が子育て支援センターや子育てひろば等へ出張して相談を受けます。

あだあじお 子育て座談会

妊娠中～乳幼児、小学生の保護者対象。専門相談員がコーディネーターとなって、少人数グループで行います。

メール相談

あだあじおホームページメールフォームからお送り下さい。

あだあじお 思春期座談会

小学校高学年以降の子どもと保護者対象。専門相談員がコーディネーターとなって、少人数グループで行います。

思春期相談日

非行等、思春期の相談に対応します。

入園・入学相談会

入園や入学に際しての不安や心配に対応します。

保育・教育相談日

月1～2回(半日)、元保育士・元小学校教員が対応します。

※他の方の相談が入っているため待っていただくいたり、ゆっくりお話していただく場所がない状況も考えられますので、まずお電話にてご連絡ください。

保育・教育 相談日

1/26(金)・2/16(金)・3/15(金) 13:00～16:00

特別支援教育・LDの学習支援に詳しい元教員の先生が対応します。

1/11(木)・3/14(木) 13:00～16:00

保育所長の経験がある先生が対応します。

思春期相談日

2/7(水) 13:00～16:00

※まずはお電話
ください。



香川県NPO基金、丸亀市市民生活活動ステップアップ補助事業、NPO法人グランマール出資にて、所属の専門相談員15名が執筆し、「子育てを支える専門家から子どもを育てているみなさんへ」を作成しました。

こちらからダウンロード
できます。



動画を配信しています

岡田先生の動画で、題名は『子どもが輝く魔法の対応 ほめるコツ、叱るコツ』です。HPの子育てコラムもご覧ください。



地域連携

- ・子育て支援センター等へ出張し、子育ての話をしたり、座談会、個別相談等を行います。
- ・地域子育て支援拠点事業等への講習を行っています。

情報提供・啓発

- ・相談時の情報提供
- ・あだあじお通信の発行
- ・あだあじおホームページ



丸亀市子育て支援情報パンフレットの発行

- ・Vol.1 妊娠・出産
- ・Vol.2 相談
- ・Vol.3 ひとり親支援・手伝ってほしい時
- ・Vol.4 障がい児支援
- ・Vol.5 子どもを預かってほしい
- ・Vol.6 お出かけしよう
- ・Vol.7 幼稚園・保育所・こども園 入園・入所の方へ
- ・Vol.8 小学校・中学校 入学・在学の方へ
- ・Vol.9 離学者・家族支援



あだあじおホームページからダウンロードできます。市役所2階・3階、ひまわりセンター1階・2階に設置しています。

インフルエンザ・コロナウイルス等感染予防対策を行っています。

- ※保護者の方やお子さん、ご家族に、発熱・咳などの症状がある時。
- ※お子さんが通う園、学校、ご家族の職場等が閉鎖・待機になっている時。
- ※インフルエンザについては、発症した後5日を経過、かつ解熱(37度以下)した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで。(学校保健安全法施行規則第19条より)
- ※コロナウイルスについては、発症の翌日から5日間を経過、かつ症状が軽くなってから1日経過するまで。(文部科学省の省令改正より)

来所相談を希望されている方で上記にあてはまる場合は、来所をお控えください。

Zoom相談や電話相談に切り替えることもできます。

キャンセルされる場合は、新たに予約をお取りします。ご連絡ください。

- ※密にならないように保護者以外のご家族(祖父母・きょうだい等)の来所はなるべくご遠慮下さい。
- ※換気のため窓を開けています。服装等で調整をお願いします。
- ※来所時に体温測定と健康チェックをお願いします。
- ※手指の消毒をお願いします。



次回あだあじお通信は2024年4月に発行します。お楽しみに!