

すこやか通信

東雁来すこやかこどもデイサービスセンターより毎月情報を発信します！



日中暑い日が多くなりましたが、夜はまだ風が冷たい日もあり寒暖の差が激しいこの季節。体調を崩しやすい時期ですので体調管理には充分気をつけてあげたいですね。

6月のご利用状況

前半 アデノ、溶連菌、中耳炎での利用が多かったですが、後半は急性上気道炎と同じくらい気管支炎での利用がとて多かったです。胃腸炎、手足口病のお子様もいらっしゃいました。

痲癩・子どもへの言葉掛け

子育ての難関ともいえる痲癩や子どものイヤイヤ。あれもイヤ！これもイヤ！と泣き叫んで、なかなか先に進めず、子どもに振り回されることがあるかと思えます。そんな時の子どもへの接し方、声掛けの方法、乗り切り方などをまとめました。



子どものぐずりや痲癩が緩和される言葉掛け

① 凶星を言う

痲癩をおこしている子どもの気持ちを言葉にすると、子どもは自分の気持ちがちゃんと伝わっていること、それから自らの葛藤の内容に気づき、怒りの衝動が落ち着きやすくなります。(事例1…遊び終わるときに我慢できずに大泣きするとき。母「まだ遊びたいんだよね」というように声をかけると、子どもも「まだあそびたいよ」と言いつつも、遊び終われるようになった。)

② 2つ先の予定を先に示す

「これをやったら次はこれをするからね」と、次にやることをあらかじめ伝えておく。日常的に続けておくと、予測が立てやすくなるので、落ち着いて対応しやすくなります。

③ 「ダメ」という言葉は使わず、「～しよう」と声をかける

例えば、「走ってはダメ」というよりも、「ゆっくり歩こう」と声をかけたほうが、子どもたちは理解しやすいようです。また、今痲癩を起こしていることよりも魅力的な提案をすることも有効です。

④ カウントダウンする

すぐにやめさせて取り上げるのではなく、「あと5回だけね」など、条件を設定して止めさせることも、痲癩の予防となります。気持ちの切り替えしが難しい子供に対しても効果的です。

★心が折れる前に思い出したい心構え3つ★

① **そういうものだ」と諦める** 子供がイヤと言ったら無理強いしてやらない、大人の都合で怒らない。怒る言葉を発して後悔する前に深呼吸して、許容すると冷静になれたりします。

② **時間に余裕を持って行動する** 時間に余裕を持って行動すると、多少過ぎてても仕方がないと諦める気持ちの余裕が生まれます。

③ **一人で悩みを抱え込まない** ストレス限界になるまで我慢せず周りの人に悩みや愚痴を聞いてもらうことも大切です。悩みを話すだけでスッキリしたり、何かヒントが見つかるかもしれません。



⑤ まずは肯定の声掛けから

いつもできていることでも、「今日はできたね」と褒め、「またやろうね」と声掛けすることも大切です。大人が褒め上手になることで、子どもも理解されていると感じ、心が落ち着きやすくなります。

⑥ 実況中継してみる

今やっていることを言葉にして実況中継してあげてみましょう。行動を言語化することで、行動で感情を表現するのではなく、言葉にして表現する方法を学ぶため、痲癩をおこさずに済むようになっていきます。

ある日の保育室

今月は、色々な遊びの風景を見ることができたのでご紹介いたします。



★始めはお互いちょっぴり照れていたRちゃんとSちゃん。でもいつの間にか意気投合して二人で工夫してこんな大作ができました。とてもよくできていますね。



★マグネットの着せ替えも男女問わず大人気。あれこれ合わせながらみんないつも夢中になって遊んでいます。

★家では妹なSちゃん。ここでは、小さなお友達にレジで優しく遊んであげてるお姉さんな一面がみられました。



(札幌市病後児保育事業)東雁来すこやかこどもデイサービスのご利用は下記までお問い合わせください！

☎ 011-790-2030

(電話での対応は平日午前8時～17時 土曜午後12時までとなっております)

<http://www.houseikai.or.jp/sukoyaka/sukoyakakodomo.html>