

## 第2章

### 子育て相談ハンドブック編



## 子育て相談ハンドブック編

### (1) 言葉の遅れ

泣くことで意思表示は始まってきます。大人はその気持ちにきちんと言葉で応えてあげることが大切です。1歳前後、「ばいばい」「いや」「ちょうだい」という自分の言葉が通じた喜び、周りの人達の反応を見る時の子どもの表情には何ともいえない満足感が見えてきます。また、言ってみたいな、という気持ちが聞こえるようです。

一概にはいえませんが、耳が聞こえていて、声が出て、言葉の理解ができて交流が可能なら、言葉の遅れは個人差と考えると、環境を整えていきます。一方的に話すのではなく、子どもの反応を待ちながら言葉のやりとりをし、いろいろな人や場で言葉に触れ、楽しく交流する機会を持つようにします。また同年齢の子と遊ぶことも必要です。そして何よりも子どもの表現のありのままを受け入れて認めてあげることです。言葉の意味や使い方を伝えるつもりで言葉はゆっくり、はっきりとわかりやすく話しかけます。

保育園では同年齢の子の集団に入って遊ぶ経験も環境の一つになります。

聞こえていても、早口で聞かされていたり、耳垢があってよく聞き取れていない場合もあります。また耳に異常がある時も原因の一つになるので、専門医に診ていただくことは必要です。

### (2) 赤ちゃん言葉

1歳前後には「マンマ」「パパ」「ブーブー」など言葉が出始めます。成長するにしたがって御飯、お父さん、自動車へと変化していくのですが、周りの人達が可愛いからと赤ちゃん扱いをして一緒になって「クック、オンモイコウネ」「チェンチェー 4チャイデチュ」といような言葉を使っていると、何の違和感も感じないままいつまでも赤ちゃん言葉です。

言葉をしつこく注意したり、言い直させたり、笑ったりすると、反発して話さなくなります。話を聞き入れながら、さりげなく正しい発音でゆっくりはっきりと話していくと、何時の間にか言葉が変わってきます。

また、下に赤ちゃんが誕生して急にお兄ちゃん扱いされたり、欲求不満な心を抱いている時等に出るサインとして、赤ちゃん言葉を使うこともあります。そのようなときは、母親を独り占めできる時間を意図的に作ってあげて、心を受け止め、スキンシップなどを通して「私の大好きな可愛い子」を感じとらせるようにしてあげるとよいでしょう。

### (3) 発音がおかしい

“マ” “パ” など唇音は発声しやすく真似しやすい音ですが、カ行やサ行は難しく、よく聞い

ていると、ハが「オアヨウ」、ダが「クラサイ」などと発音していることがあります。うまく真似られないのでしょう。言葉の発達段階においてはよくみられることです。

子どもは一番身近な両親をお手本にしますが、早口やモゴモゴと不明瞭な話し方をしていると、子どもに正しく伝わらない言語環境になってしまいます。母音の発音は形に気をつけて口を大きく開けて話すと、はっきりした発音となるから、ゆっくり穏やかにお手本のつもりで話すようにすると、自然に発音も直ってきます。

ときには、唇や舌の動き、発声の仕方が未熟の場合も考えられます。舌の動きをよくするためには、ふだんよくかんで食べること、顔や口、舌などを使った遊びを楽しんでいく方法もあります。場合によっては専門機関を訪ね、適切な時期に訓練を始める必要もあります。

指摘や言い直させたりすると不快な思いや自尊心が傷つけられたりして、話す意欲がなくなったり、コンプレックスにもつながることがあります。

#### (4) どもる

2歳児頃からどもる子を見かけます。この時期は、自分の思いを相手に十分に表現できない、伝えられないもどかしさや不安、話すことへの緊張感、また情緒不安定などがあるからとされています。

「○○なの?」「ゆっくり話さない」などと周囲の人が干渉、気にする、また言い直させたりすると症状を悪化させ、話すことを嫌がるようになってしまいます。

話すことを最後まで、穏やかにゆったりと待つ聞いてあげることが大切です。心理的圧力から解放され、話せた喜び、わかってもらえた喜び、満足感、達成感などを感じ、心も安定すると、話すことに自信がでてきます。

一般的には、周囲の人のかかわり方や配慮のなかで自然と減少していきませんが、症状の悪化や長期にわたる場合は、親子関係や家族関係等の背景も考えられるので、どもることの症状を含めて専門機関に相談するのも方法です。

#### (5) 早口

「えっ」と聞き返すと始めから言い直し、せっかちに早口で繰り返す子がいます。あれもこれもみんな話したい、話を聞いて聞いて…と話すことに精一杯な感じを受けます。話を聞いてもらえないといけなから、早く言わないとまた言えなくなるから、こちらを向いてと心が超特急のようです。

兄弟が多くて賑やかに会話が飛び交うとき、自分も仲間に入りたい一心で、早口になってしまうこともあります。

話したい事があるということはとてもステキなことです。心も知能も活発に働いている子で

す。その子の目を受け止めながら、ゆったりと落ち着いて静かに終りまで話を聞いてあげることです。そうすると、あせる事も早口でしゃべる事もなくなります。

また早口で話す家族がいて、特におかあさんが早口のときは、その子どもも同じようなことが多いようです。

## (6) 言葉使いが悪い

次のような原因が考えられます。

- ①使ってみたい時期、その言葉に興味や関心があつて周りの子をまねたり、大人やみんなの反応を楽しんでいる時
- ②環境の中でよく聞いている言葉
- ③言葉の使い方がわからない時
- ④心に何か不満や不快などがあつて素直になれない

このようなときは言葉を言っている子の目や表情、しぐさを見ていると何か感じるものもあると思うので、

- ①叱ったり禁止よりも、軽く受け流してほかの遊びに関心を向けます。
- ②さりげなくきちんとした言葉使いで返していく。
- ③その場に合う言葉使いや友達と遊ぶ方法を、大人も一緒に遊びながら伝える。
- ④しばらく様子を見て、大人に何かサインをだす、エスカレートしていく場合はその原因について考える。

原因が重複する場合も多いですが、感情を乗せやすい言葉を使って、我慢できない気持ちを発散させている場合もあります。

## (7) 衣服の着脱ができない

「このボタンを引っ張ってごらん」「そうそう、ほうら出てきた出てきた。ボタンかけられたね」うまくできると次々とボタンを引っ張ってくれます。言葉でその方法を誘導、軽く手を添えたりして、努力の成果を大人も一緒に喜び合います。ほめられたり、自分でできた喜びを知って着脱への意欲を感じ、徐々にその方法を獲得していきます。

1歳半から2歳位になると、食事や洋服の着脱の時、歩くのも「ひとりで」と、大人の手をいやがるが多くなります。自分でしたいという子どもの気持ちを押さえ、つい時間がかかる、面倒だから、また可愛いからと大人がしてしまい、子どもに経験させないでいると、子どもは着せてもらえるものと思って、自分で着る意欲も育っていきません。

無理な要求は、失敗ばかりしてやる気を無くしてしまいます。子どもが着た姿がおかしい、下手だと笑ったり、着ることができないで叱られたりしていると、不快さやあきらめから自尊

心が傷ついて反抗的になって、拒否するようにもなってしまいます。

小さなことでも子どもの自発的な行動を待つ認め、親も喜び合う、また大人が丁寧に着脱を手伝ってあげるなどで、子どもの意欲や着脱の力は養われます。

## (8) 動作が遅い

「さあ早く着替えて!」「カバンをまた放りっぱなし!」と言ったり、「ドジ」「グズ」と指示や禁止、否定の言葉が多くありませんか。

やかましく干渉されると、次第に自ら動こうとする意欲がなくなって、ダラダラして指示や援助を待つ子になります。「着替え終わったらカレーライスが待っているよ」「カバンはここに片付けようね、ほら気持ちがいいでしょう」等、次への期待を持たせたり、大人ののぞむ方法や気持ちを話してあげましょう。子どもも動きやすく、明るく積極的になります。

子どもの姿がいつもと違うようであれば、健康面、情緒面で何かがあつて意欲がわからないのか、目的や方法がわからないのか、目的に興味がないなどの原因が考えられます。甘えられないなど大きな不安や不満を抱えていると、言葉がけや周りに起こっていることが目や耳に入らず、心も動かなくなりがちです。

健康であつて、何を今すべきかわかっているのに時間が掛かる子は、じっくり型、のんびり屋さんなのか、年齢によりますが次の行動を知らせ見通しを持てると、また違った姿もみられます。

## (9) 風呂をいやがる

裸になつても逃げ出すほどの年齢になると、それなりの理由も考えられるから、これ持つて入ろうなどと子どもの対応も考えやすいのですが、ただ泣くだけの赤ちゃんの場合には、思い当たる原因をまず考えてみます。

お風呂のなかに落ちてしまった、熱いお湯、長湯、無理強い、関わり方の違い、空腹、眠い、洗髪、のどの乾きなど、不安や驚き、動揺、おびえなどのことがなかったですか。

全身をゆだねる乳児は全神経を張り巡らして身を守っているのです。一つ一つの原因を探しながら、手や足だけを風呂場で洗ってみる、おもちゃを持って安心してお風呂に入れるまで、丁寧に、ゆっくり赤ちゃんの反応を確かめながら様子を見ることにします。裸になることに不安の多い赤ちゃんもいます。ガーゼにくるむとか肌着のまま入り、中で脱ぐこともできます。

ひどく嫌がってしまう時は体を拭いておしまいになる日もあるでしょう。条件を整え再度挑戦してみます。

## (10) 夜寝ない

1か月ごろでは、まだ睡眠のリズムが整わないので、昼間はよく寝て夜中は目が覚めていることがあります。それでも3か月、4か月になるにつれてだんだんと夜の眠りが長くなり、昼の眠りの回数が減ってきます。それには昼は動、夜は静の雰囲気の基本です。

こうした睡眠のリズムは、赤ちゃんを取り巻く生活の中でつくられていきます。夜寝ないときには、まず、園での昼寝はどうかを考えます。

また近年は、社会全体が夜型となり、子どもも一緒に夜ふかしをする家庭がとて増えてきました。その結果、夜おそく就寝し、翌朝一旦は起きても、ボーッとしたまま昼まで過ごし、昼食後からやっと表情に精気がでてきて遊びも活発になり、夕方から夜中まで更に元気で、夜なかなか寝ないということになります。その子の1日の生活リズムはどうでしょうか。

親の都合で子どもの生活リズムを乱してはいないか考え、生活にメリハリをつけるように工夫しましょう。

## (11) 夜泣き、夜驚

寝入ってしばらくすると、突然泣きだし、おむつをみたりミルクをあげたりしても効果がなく、どうしても泣き止まないで親を困らせる場合を「夜泣き」と呼んでいます。

また、大声で叫ぶ、激しく手足を動かす、飛び起きたりするのを「夜驚」と呼んでいます。幼児から学童期にみられます。

夜泣きは7～9か月ごろに最も多くなり、1歳半ごろまで続くことがあります。睡眠のリズムが確立されるにしたがって、だんだんなくなります。

原因としては、寝る前の興奮や、暑苦しい、騒がしい、明る過ぎるという環境が影響することもあります。

対策としては、昼間の生活を工夫して、遊びや散歩で快い疲れを感じさせ、眠る前にははしゃぎすぎないなどの配慮も大切です。

夜泣きに対しては、静かに声をかけたり、軽くたたいたり、抱っこしてあやすなど、その乳児の様子に応じて対応します。いろいろなことをしているうちに、やがて眠ってしまうことが多いものです。

## (12) ねごと、歯ぎしり

1・2歳といった幼いころは少ないのですが、3歳前後から、昼間の興奮が強すぎる時に多く出る症状です。楽しい興奮のときは“ねごと”、悲しい・くやしい興奮のときには“歯ぎしり”になりやすい傾向があります。

興奮は、親とか友だちとの接触の際に起こるわけですが、その子どもの体調が少し落ちてい

るとか、心に不満などからくる波立ちがあるときは、特に強く出るものです。

熱がないか、食欲はあるが、便の状態はどうかなどを調べて、それを整えるとともに、心の波立ちを静めるためのスキンシップが必要でしょう。

また、歯がはえはじめたころに、新たに自分の持ち物を発見して、その感触を確かめるように歯ぎしりをくり返すことがあります。成長とともに、関心が他に移っていき、自然になくなっていきますので心配いりません。

### (13) 乳を吐く

1～2か月の赤ちゃんは、乳を飲むときに呼吸を止めないので、空気も一緒に胃の中に飲み込んでいます。そして胃の入口が十分に締まらないために、空気がげっぷとして出る時に乳も一緒に吐いたり、ダラダラと乳を口から出すことがあります。この場合は、赤ちゃんは機嫌がよく心配はいりません。

授乳後には、赤ちゃんを縦に抱いて背中を軽くさすり「げっぷ」を出させます。また、乳を吐きやすい赤ちゃんを横にするときには、顔を少し横向きにします。

乳を吐く場合で心配なのは、生後間もなくから、授乳のたびごとに噴水のように吐き、体重の増加がよくない（幽門狭窄症）、突然吐き始めぐったりしたり、痛そうに泣いたり、血便が出たりする場合（腸重積）は、受診が必要です。

吐いたときには、機嫌がよいか、下痢がないか、吐く回数などを注意して観察しましょう。

### (14) 授乳の間隔と量

赤ちゃんがおなかがすいて欲しかったときに飲ませる方法を「自律授乳」といい、ごく普通に行われています。

授乳の間隔と量は、発育状況や食欲などにより個人差があります。原則としては、赤ちゃんの求めに応じ欲しかったときに、欲しがる量を飲ませます。

生後1か月間は授乳間隔が定まらず、何時間おきと決められませんが、だんだんと間隔があいてきます。1～3か月では3時間おき、4～5か月では4時間おきというのが、おおよその目安です。

哺乳量は、1～2か月ごろは、1回量が130～150mlで1日6回、2～3か月では1回量が150～160mlで1日6回や、180～200mlで1日5回ということもあります。3～4か月では200ml、1日5回というところが目安です。個人差を考え、間隔や量よりも、機嫌がよく、体重も順調に増加しているかどうかには注意しましょう。



## (15) 母乳が少ない

母親の訴えの中では多いものの一つで、どの母親も一度は心配し、訴えるといってもよいでしょう。母乳を飲む量が、そのまま赤ちゃんの発育に影響し、体重の増加がその目安となりますから母親の心配の種になるのは当然です。

1回の授乳時間は、大体15分以内です。母乳がよく出ていれば10分くらいで満足します。30分も乳首を離さずにいるときには母乳不足を考えます。

また、授乳回数が多すぎる場合や、泣いてばかりいて寝ないというのも、ひとつの目安となります。ただし、生後しばらくは授乳量は十分なのに、泣いてばかりいる赤ちゃんもいますし、2～3か月頃には遊び飲みで時間が延びることがありますので、必ずしも母乳不足のチェックポイントとは言えません。

この他に、母乳が不足すると体重の増加が悪くなります。不安な場合には体重の増加を調べてみましょう。

## (16) ミルクへの切り替え

母乳が不足のときは、ミルクで母乳の不足分を補う必要があります。ミルクの与え方は、母乳の出具合い、赤ちゃんの飲み方との関係で決めます。

母乳の出がよいようならば混合栄養にし、母乳の後に足りない分をミルクで補います。母乳を先に飲ませるとミルクを嫌がることもあるかも知れません。その場合に、母乳とミルクを1回おきに飲ませてもよいでしょう。また、母乳が午前中では出るけれど、午後からは出ないときには、午前中は母乳だけにして、午後からはミルクという方法もあります。

母乳の分泌がまったく期待できないならば、ミルクだけとなります。ミルクのときも、母乳のときのように、しっかり抱いて飲ませてください。

いずれにしても、母乳を最優先にして飲ませ、足りない分をミルクで補うことを原則に、母乳の出具合い、子どもの成長、個性に合った取り入れ方をしましょう。

## (17) ミルク嫌い

ミルク嫌いは、混合栄養をしていて2～3か月ごろになって、母乳は飲むがミルクはいやがるという形で現れます。母乳の出が増えることもあります。知恵がついてきて、味の違いや吸い方の違いがわかってくることもあるでしょう。

また、食欲中枢の機能が出てきて、飲む量のコントロールがおこり、食欲の自己調整からミルク嫌いに見えることもあります。

体重増加が普通かあるいは多い場合には、無理にミルクを与えないで経過をみます。体重の増加が低調になっても、赤ちゃんが機嫌がよければ同じように様子を見ます。

赤ちゃんの知恵づきや食欲の変化を母親に理解させ、母親の気持ちを落ち着かせることも大切です。

この時期に無理強いをすると、本格的なミルク嫌いになってしまいます。自然にまかせて待っていると、また哺乳量が自然に増えてくることが多いようです。

## (18) 離乳食を嫌う

2、3か月ごろから、果汁やスープを与え、ミルク以外の味やスプーンに慣れさせるという離乳の準備が不十分のまま、急に離乳食を与えたり、食べる量や質ばかりに熱心になってはいないでしょうか。

心地よい乳首とちがって、突然スプーンで口にはこぼれるのです。赤ちゃんは最初は驚いて舌で押し出すことがあります。口に含まれた味にアレッと押し出す動きをとめ、果汁やスープを味わいだします。そして、次を求めるしぐさをします。

初めての経験をする赤ちゃんの気持ちに添ってゆっくり、楽しみながらすすめていきましょう。なかなか食べないことにあせったり、折角作ったのにと押しつけになったりすると、赤ちゃんは食事への意欲をなくし、口をつぐんでしまいます。

日を改めたり、調理形態を見直して、根気よく挑戦していきましょう。最初のうちはなんらかの抵抗があるのが普通です。

## (19) 偏 食

幼児期になると、食事に対する個人差が出てきます。好き嫌いは誰にでもあるものです。好き嫌いがすべて偏食とは言えません。にんじんは嫌いだがほうれん草なら食べる、肉は嫌いだけど魚や卵は食べるというように、代替品があるのなら、無理させることはありません。しかし、好むものが数品のみでは栄養に片寄りがあります。

一般的に幼児期は、柔らかい物や甘味のある物を好み、固いものや匂いの強い物は好みません。

偏食の原因が何なのか、親と子の両方から考えましょう。子どもの好むものばかり与えてはいなかったか、間食は多くないか、食べさせよう、食べてほしいと無理強いはなかったか、量や質にこだわるあまりに、食事が子どもにとって重苦しい嫌な時間になってはいないでしょうか。

昼間、戸外でおもいっきり遊ばせ、空腹感を体験させることも大切です。

## (20) 食が細い

食は細いが、母子手帳の成長曲線で、その子なりに成長しているとか、活動が明るく積極的

であるというような場合は、病的な状態ではありませんから問題はありません。

食事の量は、原則として心と体の動きの量と比例しています。まず子どもが体を十分に、しかも心楽しく動かす条件を整えることに力を入れ、次に、食卓の会話を楽しいものにするようにしましょう。

子どもの欠点や短所、失敗、下手とか遅いということばかり話題にして小言を言ったり、親が手伝って食べさせたり、“あれを食べろ、これを食べろ”とかまいすぎ、強制する形の食事では、子どもも不愉快で食事がのどを通らなくなってしまいます。

調理や献立に変化をもたせ、子どもが食べたくなるような盛りつけの工夫も必要です。

あまり食べる量に神経質にならずに、少量でも栄養のバランスがよければそれほど心配しなくてよいでしょう。

## (21) 食事が遅い

幼児の食事の時間は、個人差が大きいものです。元気に勢いよく食べる子もいれば、ぐずぐずしている子もいます。食事が遅いことはそんなに気にすることではありません。

食事が遅い子は、もともと少食、偏食で食事そのものが食べられない子、食事だけでなく、すべてにのんびりしている子、おしゃべりで遅くなる子といろいろです。また、噛むのに時間がかかる子もいるでしょう。

家庭での食習慣や食事の仕方を再度考えてみましょう。目はテレビにクギ付けになりながら、口だけモグモグでは楽しい食卓とは言えません。気が散らない、食べることに集中できる雰囲気づくりも心がけます。

食欲がない子とか、のんびりしている子はせかせせずに、ほかの子どもと比較しないで、時間がかかっても待つてあげましょう。

噛むのに時間がかかる子は、その子のそしゃくに対応するような調理の工夫をしてみましょう。

## (22) ご飯をあまり食べない

おいしい食べ物が溢れている時代です。おかずをたらふく食べたうえに、ご飯もたっぷり食べなさいというのでは食べすぎになる心配さえ出てきます。

基本的には、主食、主菜、副菜をまんべんなく食べていれば、健康には十分なので、その子が1日に食べている物と量とを調べて、片寄った食べ方をなくすことではないでしょうか。

また、おやつを食べすぎたり、おやつの時間が決まっておらず、頻繁につまみ食いをしていないでしょうか。幼児になると、冷蔵庫から牛乳やジュースを自分で出して飲んだり、お菓子の

あり場所もわかり、たびたび要求することも考えられます。

食事量を気にするあまり、あれこれと手出し口出しが多くなつては、いよいよ子どもの気持ち食卓から離れていきます。食卓が子どもにとって苦痛な場所にならないよう、気持ちを楽にしてあげましょう。

### (23) おやつとの与え方

幼児は体が小さい割に、多くの栄養が必要です。しかし、おとなのように1日3回の食事だけでは必要量を取りきることができませんので、食事以外に1回か2回の間食が必要です。

おやつは、栄養を補う軽食の意味をもつとともに、子どもに楽しみを与えるものです。

季節によっても日によっても、子どもの活動量は違うし、年齢によっても違うわけですから、それを見ながら、適当な時間に、適当な量を与えるようにしたいものです。

食事のとり方の少ない子どもには、次の食事に支障を生じないように、消化がよいものとし、食事ときには、すっかり空腹になっているように配慮します。

菓子、果物、牛乳やヨーグルト・チーズなどの乳製品、清涼飲料などが日常用いられていますが、時には、親子で手作りをして、親子のコミュニケーションをはかるひとときをもちましよう。

### (24) はし（箸）をうまく使えない

食物を口に入れる方法として最も簡単なのが、口を食物に近づけてとらえる方法です。自然界の多くの動物がそうです。次が食物を持って口に入れる方法です。生後半年過ぎる頃になると、指全体を使って物を握るようになるので、持ったものを口にすることから始まります。1歳を過ぎる頃になるとスプーンの柄を持って、匙に載せた食物を口にすることができるようになります。

次がいよいよ箸ですが、二本を片手の指で操って、食を挟んで口に持っていくのですから、指を上手に使えるようになってからの練習が必要です。早いうちから持たせると間違っ覚えてしまうから、これが先々までおかしい持ち方となってしまいます。

そこで0・1・2歳は手づかみ。そしてスプーン、フォークで食べる要領を十分に覚えさせてから、話せば分かる3歳以後に、二本の箸の持ち方を練習させましょう。3歳の誕生日（或いは3歳半や4歳）の誕生日に教えている園があります。楽器やスポーツなどを始めるときの要領です。生涯の問題なので、始める時期は子どもの発達に合わせましょう。

### (25) おむつかぶれ

おむつかぶれはアンモニアによる皮膚炎ですが、便の中の酵素も関係しています。長時間の

あてっぱなしや、便をしたのに気がつかなかったとき、下痢便など便の性状が悪いときにおこりがちです。

おむつかぶれができれば、おむつ交換のたびに軽く洗い、水気を拭き、しばらくのあいだ開放してかぶれを乾燥させてからおむつを当てます。特に、ひどいおむつかぶれでは拭くたびに赤ちゃんの苦痛を増します。そっと洗い流してあげましょう。また、治療も必要ですので医師に相談します。

おむつかぶれを防ぐには、おむつをこまめに取り替えること、そのつど、おしりをきれいに拭いてあげることが基本です。

紙おむつは品質は良好になったので、もれない、よく眠るということで、取り替える回数を少なくしてはいないでしょうか。布おむつと同じように、赤ちゃんの素振りに気をつけて汚れたら替えてあげましょう。

## (26) おむつがとれない

排泄の自立には個人差があります。昼間おむつがとれるようになるのは2歳ごろからですが、子どもによっては3歳ごろまでおむつをしていることもあります。

満1歳を過ぎると素振りで排尿や排便をしたいようだと思えるようになります。そんなときにおまるやトイレに座らせてみましょう。くり返しているうちに、だんだんタイミングが合ってきます。

おむつがとれるようになるまでには、時間がかかり、失敗することもたびたびです。失敗したときには、叱らずにやさしく接してあげましょう。

また、おむつをしたままいきみ、排便しそうな心配がしたときは、あわてず、騒がずにそっとパンツやおむつをおろして、おまるやトイレに座らせます。騒いで驚かせないでください。

他の子と比べず、あせらず、急がずに赤ちゃんの様子をよく見て、手助けをします。

## (27) おねしょ

3歳を過ぎれば、だいたいの子は昼間なら排尿や排便を教えることができるようになります。しかし、夜間にはまだおむつの必要な子が多いものです。

夜のおむつは、実は練習やしつけで取れるものではなく、子どもの生理的な発育が整うと自然に取れていくのです。

5歳を過ぎても毎晩排尿する場合には夜尿症の疑いがあります。ぐっすり眠ってしまう、膀胱の容量が小さい、抗利尿ホルモンの分泌が少ない、精神的影響など、原因はいろいろあります。

対応で大切なのは、叱らない、あせらない、他の子と比べ子どもに劣等感をもたせたり、心に負担をかけないことです。また、失敗させまいと夜中に起こすのは、眠りを妨げ逆効果とい

われています。

規則正しい生活を心がけ、十分な睡眠を確保しましょう。眠りの安定は、抗利尿ホルモン分泌の安定に欠かせません。

## (28) 昼間のおもらし

いままでしなかった子が、急におもらしをするようになった場合、急性膀胱炎などの病気、精神的な緊張や不安などがないか、子どもの体調やその子を取り巻く環境について、注意深く見てみましょう。多くの場合、子どもの中に強い不安や不満が見られます。

一人のときにはなかったのに、下に弟妹が生まれた途端に、上の子に始まるのは、母親の愛情が失われたと思ひ込む不安、不満があるし、急に起こったおもらしを調べていくうちに、両親の大げんかがあったり、親から体罰を受けたりしていて、強い緊張が子どもの中に起こっていることがあります。

おもらしをする子は、とくに敏感に心が動くところがありますから、失敗したことを強く叱ったりすることを止めて、日常の触れ合いを柔らかく、温かくし、“お母さんに愛されている”とか“自分のやることを、お母さんは認めてくれた”といった、満足感と喜びを与えることが必要でしょう。

## (29) 首のすわりが遅い

「首のすわり」の判断は、抱っこしただけではわかりません。次の2つのことができたときのことです。まず赤ちゃんをあお向けに寝かせて、両手を持って引き起こします。そのとき首が後ろにがくっと落ちないで、前の方へ引き起こしてついてきます。またうつぶせに寝かせたときは、両手を使ってぐっとからだをそらせて、頭を上にあげるかどうかです。この両方ができたときは、赤ちゃんを抱っこしたとき、頭をしっかり支えることができます。ふつうは生後4か月頃になると、殆どの赤ちゃんができるので、この時期を過ぎても、くびがしっかりしないときは遅れていると判断されます。

その原因の一つで多いのは、赤ちゃんを寝かせきりにしておいた場合があります。あまりうつぶせにしていないのです。これには二人目の赤ちゃんのことが多いものです。このようなときは少し練習させれば、首がしっかりします。首がしっかりしないばかりでなく、からだ全体が軟らかい、突っ張るというようなときは、小児科の診察を受けてください。

## (30) ハイハイしない

厚生労働省が行った発達調査の結果では、ハイハイの時期は生後7～10か月ころです。しかし、この頃にハイハイをしない赤ちゃんは、10人のうち1～2人います。お座りからすぐにつ

かまり立ちをしてしまうのです。

母子健康手帳の乳児の発育表で、ハイハイをする時期が線で書いてあって、そのほぼ同じ位置につかまり立ちの時期があります。これはハイハイからつかまり立ちをする赤ちゃんが多いのですが、つかまり立ちをしてからハイハイをする赤ちゃんもいるということです。

ハイハイは場所をとるので、部屋がせまいとか、物が多い環境では、お座りから手を使ってつかまり立ちしてしまう機会が多いのではないかと考えます。そして、つかまり立ちを覚えてしまったら、視野が広がるのですから、赤ちゃんはこれを好んで続けます。その間からだも十分に動かせるようになるので、いつかはハイハイもして遊ぶことができるようになります。

### (31) 歩行の遅れ

「ひとり歩き」は「くびのすわり」「お座り」「つかまり立ち」という順序を経ての発達の最後の段階です。したがって随分個人差があります。早い子は8か月くらいで歩きますが、遅い子は1歳5か月くらいまでと幅があります。この時期を過ぎてもまだ歩かないときは、今までの発達はどうだろうかを考えてみます。くびのすわりが遅かった、つかまり立ちもしないというときは、運動発達が遅れていると考えられるので、小児科で診察を受けます。お座りをしてよく遊ぶ、ひとり歩きをしないというだけあって、つたい歩きをする。その他異常がなければ、まず心配ありません。ふつうより遅い方ですが、いずれは歩くようになるでしょう。

ひとり歩きをしない理由として慎重な子がいます。ひとり立ちをするのがこわいのかもしれません。ときにはおばあちゃんに育てられていて「アブナイ、アブナイ」と言われ続けているために、歩かないという子どももいます。厚着なども関係することがあるので、その辺のところに注意して、様子を見たらどうでしょうか。

### (32) 体重が増えない

体重の増え方には個人差があります。また、生まれたときの体重によっても、その後の増え方が違います。かなりはっきりしているのは、生まれたときの体重が大きくても、そのまま母子健康手帳の体重曲線にそって大きくなるとは限らず、増え方は傾斜がゆるやかです。このとき体重の増え方が少ないとあって心配することがありますが、それで本来の発育にもどったということなので、心配ありません。生まれたときのまま増え続けたら、それこそ大変です。

離乳期頃になって体重の増え方が少なくなったときは、離乳食の内容に問題があるかもしれません。殊にアトピー性皮膚炎で特定の食物を止めているようなとき、このようなことがあります。体重が増え続けるように、除去食の代替りのものを与えなければなりません。そのときは栄養の指導も受けて下さい。

体重の増え方が少ないけれど他に問題がなければ、食事に注意しながらしばらく様子を見ま

しょう。

### **(33) 頭の形が悪い**

おそらく頭の右後ろか左後ろが平らになっているのだらうと思います。頭の形が悪いというとき、よく見るとたいてはこのようにいびつだからです。

そこで頭の形について説明すると、次のようなことがあります。赤ちゃんの頭の骨は1枚ではなく、数枚でおおわれています。それでなければ、将来頭が大きくなれないからです。そして生まれるとき産道を通るわけですが、そのときは頭の骨が一部重なり合っ出てきます。生まれたばかりの赤ちゃんの頭が縦に長くなっているのはそのためです。それからあと赤ちゃんは寝かせられるわけですが、そのとき寝やすい方を下にしてしているので、その頃から下になった方が平らになり、平らになるからそこを下にして寝やすいということで、益々一方が平らになります。しかしこれも赤ちゃんが頭を動かすようになったり、おすわりやはいはい、つたい歩きなどが始まって、横になっている時間が少なくなるにつれて、いつの間にか頭の形は左右対称になってきますから心配ありません。また頭の形と脳の働きとは関係ありません。頭の形はたいていのお母さんが、育児の始めの頃に心配することの一つです。

### **(34) 左きき**

左ききは習慣でなるのではなく、もともと脳の働きの左右差によって、自然とそのようになっていくのです。即ちふつうには運動神経の中樞は左脳の方にあるので、神経交換によって、右手の方がきき手となります。左ききの方は右脳の方に運動神経の中樞が集まっているわけです。

赤ちゃんの頃はまだ脳の働きの完成されていないので、左ききも右ききもありません。ですからふだんの動きをみても、左手を使ったり右手を使ったりします。そのような状態が続きながら、1歳、2歳と発育するにつれて、だんだんときき手ははっきりしてきます。そして3～4歳頃になると、その子なりにどちらかが優位になってきます。

きき手はその子どもなりに発達するのですから、それを無理に治したりしない方がよいのです。左で持つのを心配して無理に右手で持たせたりすると、子どもにいろいろな症状が現れます。いらいらしたり、おねしょしたり、言葉が出にくくなったりします。これは脳に無理なことを要求してしまうからです。もし左ききを右ききに治そうとするなら、子どもが大きくなってから、自分からそうしようとする意思によってすることです。そうすれば両手使いという利点を身につけることもできます。

### **(35) 目をパチパチさせる**

からだの一部がくり返し動いてしまうのをチックと言います。目をパチパチさせたり、くび



をかしげたり、口をゆがめたり、肩を上げ下げしたりします。咳をしたり、声をだしたりもあります。

目をパチパチするのはチックのなかでも多い方で、始めは目にゴミが入ったり結膜炎などで目をパチパチさせていたのが、いつの間にかクセになります。こういうときは、はたから注意すると、余計に意識してパチパチしてしまいます。そして本人が治そうとすればするほどくり返して、それが益々チックを強めてしまうことがあります。

周囲の人が気にしないように接していて、本人もそのことを忘れていけば、チックの回数も少なくなるでしょう。ことに何かで本人の気持ちが落ちつかないとか、欲求不満のようなことがあると、チックは強くなるので、このようなことにも注意して子どもを見守ってあげましょう。

### **(36) 母親から離れない**

赤ちゃんにとってお母さんは恋人のようなものです。何しろお腹の中から一緒に、この世に生まれたときは、先ず最初に抱っこしておっぱいを飲ませてくれた人です。その後も何かといえばお母さんがそばにいてくれるのですから、お母さんから離れられないのは当然です。しかし、年齢と共にだんだんと他のことにも関心をもち、遊びも広がるので、お母さんから少しずつ離れていけるようになります。それでもお母さんが大好きには変わりありません。ですから保育園で楽しく過ごしても、夕方お母さんが迎えにくると飛んでいきます。その反対に、朝は大好きなお母さんから離されるのですから、ここでなかなか離れられない子どももいるわけです。それには子どもの年齢や、ふだんの母と子の結びつきなど、さまざまな理由があるでしょう。しかし離れがたくても、その後保育園の生活が始まると、それなりにお母さんを忘れて遊びが始まります。そのようなことをくり返しているうちに、やがてはお母さんと離れることを納得できるようになっていきます。「時」が解決していくでしょう。誰にもあることです。

### **(37) 人見知り**

赤ちゃんが発育するときは、いつも人とのかかわりがあります。始めはお母さん、保育士さんなど身近な人とのふれ合いです。そして毎日の生活のなかで、それらの人達と赤ちゃんの間には信頼関係が生まれるので、赤ちゃんは安心して抱っこされたり、乳を飲んだり、遊んだりしています。そういうときに、ふだん見たこともない人が、赤ちゃんに向かうと、赤ちゃんは警戒して表情が変わり、次いで恐れのために泣いたり、救いを求めたりします。これが「人見知り」で、赤ちゃんが人を区別することができるまでに、発達してきたということです。

やがてはそういう見知らぬ人も、自分にとって何でもないということがわかると人見知りもなくなり、次第に人とのふれ合いがひろがって、集団のなかに入っていけるようになります。

人見知りは、赤ちゃんの精神知能の発達していくときの一段階と考えましょう。こういうときはおとなの方も赤ちゃんと少し距離をおいて、少しずつふれ合うようにしましょう。

### **(38) 外に出ない**

3歳頃までの子どもは自分の好きなことしかしません。外に出たがらないというときは、外に出たくない何かの理由がある筈です。あるいは家の中の方に何か引き寄せる力があるからかも知れません。子どもの性格も大いに関係あるでしょう。家の中という保護された安心の場でおちついて遊ぶ子もいれば、外の新しい体験を求める子どももいます。遊びもさまざまです。

しかし、できるならなるべく外に出て遊ぶのがよいのですから、それには外に出たくなるような何かを考えたらどうでしょうか。好きなおもちゃや遊具を外に置くとか、外で他の子が楽しく遊んでいるところを何気なく見せたりします。しかしそのようなとき無理に出そうとすると逆効果なので、無関心をよそおって、外へ注目させるようなことを演出するのです。そうすればきっと外に目を向けて一歩二歩ふみ出すのではないかと思います。そういうときもあせらないことです。あとは子どもにまかせるのです。

### **(39) 下の子をいじめる**

お母さんにたっぷり甘えられて母子関係がうまくいっていた子ほど、下の子への関心は高まります。赤ちゃん帰りをして大好きなおかあさんを求めるのでなく、甘える場をとられ、じつと下の子と母親のその姿を見、我慢して自分を押しさえているのです。

下の子をかばい「お兄ちゃんでしょう」と叱ったり我慢させたり、待たせる事がよけい赤ちゃんを妬ましさを憎い存在にしていくようです。

「赤ちゃんのウンチ臭いね」「○○ちゃんをみてるよ」等、赤ちゃんの存在や気持ちを具体的に教えたり、周りの大人と一緒に世話をしたりしながら、またお手伝いを頼んだりして共に赤ちゃんを育てる姿勢づくりが大切です。

それには上の子と一緒に遊んだり、「○○ちゃん、御飯たくさん食べていい子だったね。大好きよ」「待っていてくれてお母さん助かったよ」とギューと抱き締めたり、よい面を意識的に褒めたりしてしっかりと心を受け止め、心の安定を持たせていくことです。

### **(40) 友だちが少ない**

子どもたちの遊びの中で仲間と一緒にの子、だれかを頼りにして一緒にいたり、一人で黙々と遊ぶ子とそれぞれが思い思いに日々遊びを楽しんでいます。人の話を聞いたり、自分の思いも通しながら遊ぶなかで喧嘩したり、一緒にしたり、さまざまな心の交流を積み重ねながら友達と遊ぶ方法や、友達の思いや存在を知って、友達関係が広まっていくのです。

少ない友達でも助けたり助けられたり様々な経験や心の葛藤も多いかも知れませんが、大勢に囲まれていても心の活動はうすいかも知れません。

同年齢の子との遊びや、いろいろな人と触れ合う遊びの機会が少なくありませんか。

幼児期には友達の数より、友達と夢中になって遊ぶことが大切です。子どもの遊びの原動力は情緒の安定、『心の基地』を持っていることです。

引っ込み思案や内気、情緒不安定、自己中心的になりがちな子との遊びは、楽しめなかったり続かないし、友達も近づき難くなってしまいうでしょう。

#### **(41) 他の子に乱暴をする**

突き飛ばされて転び大声で泣きじゃくる子を見て驚き、表情を変えて動けなくなる、泣き出す、また隠れながらも様子をじっと窺う、ニヤニヤしたりなどと精一杯何かを感じ、表現している子どもたちです。

泣くことがわかっていて、遊びや発散方法の一つになってしまっている時にはきちんとした関わりが必要な時です。はっきりとよくない事を伝え、その思いのよりよい表現方法を伝えていきます。その子が何か欲求不満や不快な気分には耐えている時にはグューと抱き締めたり、スキンシップ、ふざけっこ、体を存分に動かして遊ぶと気分を発散できる事もあります。

エスカレートしたり長びく場合は、欲求不満が蓄積されているとか、常に乱暴な扱いを受けているなど、背景にある家族の協力を得ることも必要になってきます。

言葉でうまく伝えられずとっさの行動が乱暴になってしまう子、理由もなく乱暴してしまう子などは振り上げた拳を掴んで阻止できる距離に大人がいる事など環境に配慮しながら、よりよい方法での人との関わり方を伝えていきます。

#### **(42) わがまま**

自己主張できることはすばらしいことです。自分を出し、相手の気持ちを受け入れながら人との関わり方を身につけていくのです。

その最初の相手が、お母さんであり家族です。話してくれるのが嬉しくて可愛くて、「反抗期で難しくて…」と知っているうちに、何時の間にか泣いてわめいて主張を曲げない子に育っていることがあります。

今までの関わり方を変え、新しい方法を子どもにわかってもらうには大人の努力が必要です。

かなえられない理由、我慢すること、人への迷惑や社会のルールなどをゆっくりと言い聞かせて、子どもの反応を静かに待ちます。年齢によっては一人にして落ち着くのを待ったり、泣きやまない時には黙って、抱いてあげたり背中をそっと撫でていてもよいでしょう。

泣いてわめくなど、不快を全身で表している時には周りからの言葉は耳に入りません。落ち

着いてからゆっくり子どもの気持ちを聞きながら、言い聞かせます。

外に出られない、思う存分に遊べない、きちんと答えてもらえないなどの心のイライラが、わがままな態度にさせる場合もあります。

### (43) 強情

固く口を結び、膝を抱えてじっと座り込んで言葉掛けにも答えてくれない子。

「自分をわかってもらえていない」「信じてくれない」「違うんだ」と懸命に訴えて、また自分でも葛藤の時間なのでしょう。

一生懸命しても喜んでもらえない認めてもらえない、話も聞いてもらえず頭ごなしに決め付けられて欲求不満がくすぶっている心は怒りや悲しみ、不平不満で一杯です。周りからの言葉も素直に受け入れることはできません。

自分の思いをしっかりと持つ事は大切。「～すると～なるのでは、どうする？」と子どもの気持ちに沿って話を進めたり、それが自分だけの思いでなく周りの人にもわかってもらったり、また人の思いも知る大切な関わりの時間です。

ゆっくりと話し合い、かたくなになった心を大人が理解し、認め、共感できると、子どもの心が解けていくのは早いです。

### (44) 反抗的

2歳から3歳位に現れる行動は、自分でしたい、大人のいいなりにはなりたくないという発達上のものです。挑戦する心、自立への第一歩を大切に関わっていききたいものです。

子どもなりに考えて判断し、自分の思うように言ったり、行動に移したいのに、「ダメ」「もっとうしなさい」と禁止や命令で妨げたりしているといつか不平や不満が強くなり、外に爆発したり、反抗的な行動や言葉になってしまいます。

静かに子どもの思いを聞き、わかってあげると満足できる時もあります。なぜ行動させられないか、大人の気持ちや考えを具体的に伝え、子どもも見通しを持てると素直になります。いくつかの解決案を出して子どもに選択させるのも子どもが納得のいく方法です。

子どもが反発してしまう心を知り、子どもも大人の考えを知ったり、自分の考えや行動を周りの人に伝え、理解し、協力してもらえる経験をするのは大切なことです。

### (45) うそつき

良い事悪い事の区別を子どもに身に付けてほしいと願う大人ですが、子どもの嘘は一概に悪いと決められない事もあります。

自分の世界を楽しんで現実と区別がつかなくなったり、持っていないのに欲しいから持って

いると言ったり、言葉で説明できなくて嘘と自分でもわかっていても大人に詰問されたとき、言ったら叱られる、親が認めてくれないなど、秘密のあるときなどにうそをつきます。

子どもの心にどこまで大人は踏み込んでいけるのでしょうか。しつこく問い詰められたり、叱られるから嘘をつくことにもなります。嘘をついて心を痛めるのは子ども自身でしょう。

大人は冷静に内容を見極めること、そしてきちんとした対応が必要な時もあります。

大人に愛され、認められている子どもはしっかりと信じてもらえる行動を取れるものです。大人を信じていない子どもには、失敗や過ちを子どもと共に乗り越えてくれる大人の存在が必要です。

#### (46) 盗み

スーパーで買い物をしている時、いつの間にか子どもがチョコレート等を持ち、離さないのが驚くお母さんも多いでしょう。「お姉さんにお金を払うまで待ってね」それでも食べたくて待てない時には、それだけ先にレジを済ませることになります。

社会のルールを知らない子どもは、自分のものと他のものと区別がつかないから、見て欲しかったからという単純な動機から行動します。悪い事という考えのある大人は「盗んだ」「どうしてそんなことを！」と叱ってたいたり、ガミガミ問い詰め、またやるのではと言葉掛けや疑ったりして子どもの心を乱してしまいます。

初めての時、きちんと子どもの気持ちを聞き、さらりと社会のルールを伝え、どうしたらよいかを共に考え教え、クドクドと何時までもこだわらないことです。

謝罪が必要な時には大人と一緒に謝りに行くこと、その姿勢は子どもに通じます。

#### (47) 登園拒否

新しい社会に慣れるにはそれなりの目的意識、努力、忍耐、楽しみなどが必要でしょう。今までの生活に満たされていて、何不自由のない子どもにとっては初めての体験です。ただ行かされている状態では心が重くなるのは当然です。慣れている園生活でも、友達とのトラブルや苦手な遊び、したくない昼寝があります。家では下の子の甘えを見たりすれば、口実をつけてでも保育園へ行きたくなくなるでしょう。

朝だけの問題なのか、園の生活は担任の先生に聞き、帰ってからの様子などから原因を探り、それでも子どもの気持ちを認めながら、園生活に楽しみを見つけられるようにして、気持ちを整理してあげていくうちに、少しずつ気持ちが前向きになる事もあります。

家から一歩外の生活を経験することによって、その子の世界と心がひろがりながら一つの山を乗り越えている段階で、大人の協力を求めているのです。一緒に乗り越えようとしている大人の前向きな姿勢も必要です。

## (48) 自閉的傾向

そのように感じるのはどのような時のどんな様子か具体的に聞いてみます。

そして、お母さんはどの様に心配されていますか

お母さんはいつごろから気がつかれましたか

ほかの生活面はいかがですか

家庭の両親、兄弟とのかかわり、家のまわりでの遊びはいかがですか

今お家で気をつけている事はどんなことですか（困っている点に対して）

同年齢の子どもと遊んだことがありますか、その様子はいかがでしたか

どうして自閉的傾向と思われるのですか

今まで病院とか、専門機関にいかれましたか 等

母親の話を書くと共に、子どもの様子や母親との関わり合いなどを実際に見ることも必要ですので、来園を誘います。状況によっては専門機関への紹介も考えます。

## (49) よく泣く・怖がる

赤ちゃんは不快・空腹・不安な気持ちを「泣く」ことでお母さんに合図をします。お母さんがすぐに駆け付けて原因を取り除けば再び眠ります。お母さんの適切で一貫した応答的対応がくり返されると、母子間に情緒的な絆が形成されます。6～8か月頃になると見知らぬ人を見ると急におびえて泣く、人見知りが始まります。来客のたびに泣かれて困りますが、これは母子間の絆が出来ているからです。

1歳を過ぎて歩行が始まる頃、子どもはお母さんの懐から一歩踏みだし、自我意識が出てきます。少しずつ1人でやりたがり自己主張を始めます。2歳頃になると更に行動範囲が広がりながらも、急に甘えてしがみついたり暗がりや動物などに恐怖心を示すようになります。

ですから泣いたり怖がったりするのも、正常な発達のだらけなのだと思え、そうした際は心の安全基地になってあげて下さい。

## (50) テレビばかり見ている

番組によっては、強烈な光と音、刺激的な色彩と共に次々と変わる画像、じっと座って眺めていれば少しも退屈しません。子どもは自分の眼の疲労にも気付かずに……。

一方、夕方には食事作りや家事に追われるお母さんはどうしてもテレビに頼りがち。時にはビデオまで利用し、内心「けがをされるよりはまし」と、いつ間にかテレビばかり見ている子どもになっています。

テレビは短時間のうちに世界中の情報をもたらしてくれる便利な機械なのですが、どうしても実体験のない、しかも受身の情報だけになってしまう点と、家族間の対話が減ってしまうこ

とがマイナスです。

そこで

1. 見たい番組が終わったら電源を切る
2. 食事中はテレビを消す
3. 大人も一緒にテレビを見ながら会話を楽しむ

などを心がけたいものです。

## (51) 子どもの小遣い

幼児にはお小遣いは不必要なものだと思います。育つ家庭によって考え方は多少違うのですが、幼児がお金を握って買い喰いをするようなことは避けたいものです。しかしながら大半の子どもは5歳ぐらいになると、お金に対し強い関心を示すようになります。遊びの中での「売り買いごっこ」は大好きで、そのやりとりを見ているとお金の役割をかなり理解していることがわかります。

ですから子どもがお小遣いを欲しがったら、大人が必ず一緒に行き、品物の選び方、買う際のマナーなどをやって見せながら教えておきましょう。

またお金の大切さや、大人が懸命に働いたことへの対価としてお金が手に入ることも、忘れずに話して聞かせましょう。それから、お金の管理はきちんとしておき、子どもの目に触れる所に財布を置いたり、たとえ1円玉でもそこらに散らかしておくようなことは避けましょう。

## (52) いじめられる

大人しく自己主張の少ない子は、友だちに何かされても反発しないため、いじめられているように見えます。そして帰宅後「〇〇ちゃんがいじめた……」という我が子の訴えにびっくりしたお母さんから苦情の申し出があったりします。でもこれは目下世間で騒がれているいじめとは必ずしも結びつかないと思います。

家庭で大事にされ過ぎ、何もかも大人にやってもらって生活してきた子は、幼児集団の中では途方に暮れてしまっているのです。こうしたタイプの子には、その子に合った遊び相手を保育者が見つけ、一緒に遊びながらつき合い方を教えていきます。またその子が持っている良さを他の子どもにも伝えたり、皆の前でほめたりして、自信が持てるように働きかけをします。また性格の強い特定の子について言うがままに動いているようでも、その強い子の魅力に憧れての行動であったりするので、「いじめ」ではないこともあります。

## (53) いじめる

麻疹が治って10日ぶりに登園したA君（1歳3ヶ月）を、B君（1歳5ヶ月）が出迎えるよ

うに歩み寄り、顔を覗き込んでにこにこ笑いかける光景を眼にしました。こんな小さな子でも相性が良ければ親愛の情を示し、逆の場合には、払いのけたり近付くことはしません。

乳幼児の世界はある意味では弱肉強食的で、大柄で活発な子は大人しい子の玩具を力まかせに取りあげたり、体の上に乗るかかってしまうので眼が離せません。

また幼児は見たまま、感じたままをすぐにかなり鋭い表現で口に出すので、その傍らにいる大人としては思わずドッキリとさせられることがあります。(動機はどうであれその表現が相手を侮辱したり、傷つける場合は直ちに、きちんと注意すべきです)

以上のような場面を大人が見かけると、いかにも「いじめ」のように見えてしまうのですが、そのいきさつを把握した上で対応しなくてはなりません。

#### (54) やる気がない

心身共に健康に育っていれば、幼児は好奇心いっぱい、自分から何かをやりたいのです。でも、ひどく疲れていたり、病気の前触れで気分がすぐれなければ何もやりたくないことでしょう。

また、いつも大人とのつき合いで夜遅く寝かされ、朝は両親の出勤時刻すれすれに起こされて、朝食も十分にとっていない場合は、午前中ずうっと半分目覚めていない状態ですから、気分良く遊べず意欲も湧きません。

更に考えられる「やる気の無い」原因は、家庭での過保護・過干渉です。心配りの良すぎる両親が、すべて先まわりをして子どもが喜びそうなことを用意してしまうと、積極的に意思表示をする場面が無くなりますので段々無気力になりがちです。

そこでその子のやる気の無い原因を聞いた上で、保育園では叱咤激励はせず、その子が自分から動き出すまで温かな気持で見守ります。そして何か一つ始めたらおおいにほめます。

#### (55) 落ち着きがない

身体に異常がなく、心配事や不安もなく、空腹でもない上に安心して過ごせる場所にいるなら、人間は誰でも落ち着いて過ごせることでしょう。そうした条件の下にあっても幼児は好奇心旺盛なので、ひとつの遊びに飽きればすぐに動き出す存在です。

小さな子どもが大人の指示に従っていつもお行儀良くしているのは不自然です。常に動きまわっているように見える3歳未満の子でも、興味のあるもの(人や動物も含めて)には凝視するような動作でじっと見たりします。3歳を過ぎて何に対してもあまり関心を示さず、うろうろしている場合や、保育者が手助けしても遊ぼうとしないときは発達に偏りがあるかもしれません。その子の乳児検診や3歳児検診などの時の様子を聞き、場合によっては専門機関を紹介してあげる必要もあります。



## (56) 神経質で引っ込み思案

1歳後半から2歳にかけて（個人差はあるのですが）自己主張を始め「自分で……」を主張するようになります。何でも1人でやりたがり、朝の出勤時に時間がないからとお母さんが全部やってしまうと、ひっくり返って泣き叫びます。とにかくやる気だけは十二分にあるのですが、まだまだ手先もあまり器用になっていないので、自分で思っているほどうまくゆかず、それでまたじれて癩癩を起こすのです。全く手のつけられない状況なのですが、何かの一言でふっと気分が変わり、とても素直になったりもします。

意欲をほめ、うまくいなくてもその努力を認めてあげれば子どもは段々上手にできるようになります。日常生活の中で小さな冒険を沢山させて、失敗してもやさしく接し、出来る時期を待ってあげましょう。

身近な大人の対応の仕方如何で、子どもは自信を持てるようになりますが、その伸びる芽をつみ取られてしまうと引っ込み思案になるかもしれません。

## (57) 噛みつき

6～7か月頃の赤ちゃんが（個人差はあるのですが）歯の生え始めに、お母さんの手や腕に噛みつく、というのが始まりのようです。赤ちゃんの、手にした物を口に入れて確かめてみるという行動とも通じているようにも思えます。

さて近年、3歳未満児の保育所入所が増えて行く中で、「噛みつき」が困った問題として話題になり、母親の愛情不足が原因かのように言われたりします。この見方が当たっていることもありますが、むしろ保育の条件や保育のやり方によっては噛みつきを減らすことも可能ではないかと思えます。年齢の近い子がグループで保育されるので、保育者の膝を数名の子が独占しようとしたり、玩具の取り合い、子ども同士の接触の際、あつという間に噛むので、特に相手を攻撃する意思など無いことが多いのです。噛んだ子を叱るよりも、楽しい遊びに誘ったり、外遊びを多くして噛む状況を作らないよう工夫をしましょう。

## (58) 一つの遊びしかしない

大人から見ると、毎日同じ遊びをしているようでも、子どもの遊びはどこか少しずつ変化している筈です。その遊びに堪能したり飽きたりすれば次の遊びへ移っていきます。

それでも心配なら、ちょっとしたヒントを提供したり、大人も一緒に仲間に入ってみてはいかがでしょう。

また大人の誘いや友だちの働きかけにもさっぱり応じることがなく、全くのワンパターン化しているような場合は、ひとまず、その子に発達上の偏りがあるのかもしれないと考えてみます。

また遊びに限らず、ある行動の順番がその子なりに決まっていて、その順番が違うと混乱し

たり、特定のものに強いこだわりが見られる場合は生育歴や家庭での様子を聞いた上で、専門機関を紹介してあげましょう。

### (59) おもちゃを貸さない

3歳未満児は「おもちゃを貸せない」のが普通に成長している証拠です。何でも自分中心の時代なので借りることに一生懸命になれても、自分から「貸す」のは難しいのです。3歳に近くなれば大人の働きかけがあれば貸してくれることもあります。

保育園で同じ三輪車を5台用意しておいても、1台1台の特徴（車輪の滑りの良否、塗装のはげている場所等）をよく知っていて、これは「ボクの!!」と熾烈な争奪戦をくりひろげるのは3歳児組です。折角、運良く確保した三輪車を横から取られて大げんかになり泣いたり吠えたりということになるのですが、4歳になれば、けんか状態にはなっても、どこかで折り合いをつけて、貸したり借りたりが出来るようになります。子どもはこうした体験をしながら、1人遊びよりは2人での遊びが楽しくなり、やがてグループで遊べるようになります。玩具を貸せないのも社会性の始まりの一現象としてとらえておきましょう。

### (60) 指しゃぶり・爪かみ

赤ちゃんの指しゃぶりは心配しませんが、3歳を過ぎるとお母さんは気になるようです。殊に歯医者さんには「歯並びが悪くなります」と注意されるので、益々心配になります。

でも昔から「無くて七癖」という諺があるように、大人でも各々色々な癖と一緒に生きています。多分子どもの指しゃぶりや爪かみはそのままにしておいても、いつのまにかやらなくなっていることでしょう。どうしても直したいのなら、口やかましく注意するよりもさり気なく他の遊びに誘ったり、大人が相手になって遊んであげてください。

一方で手はきれいに洗わせ、爪を短く切っておくことです。外で元気に遊びまわるようになると、指しゃぶりが爪かみも遠のいていくことでしょう。

### (61) 性器いじり

小さな子どもの性器いじりは、大人とは違って性的な関心があつてすることではありません。ですから厳しく叱ったり、過剰な反応はしない方が良いのです。

性器いじりのきっかけは、多分かゆみがあつたり、何かの刺激で気になり、触ってみたのが始まり、ということではないでしょうか。3歳以上の子どもが性器いじりをしている際は、叱るよりも他のことに気持を向けさせたり、身近にいる大人がその子の遊び相手をしたり、友だちとの楽しい遊びへの仲立ちをしてあげてください。

お母さんは子どもと一緒に入浴したりして身体の清潔に心がけ、汚れたり、ゴムのゆるんだ

下着を着せないこと、湿疹のようなものが出来たら、すぐに手当をするなど、常に子どもの全身に気を配り、いつも「あなたのこと、忘れていないのよ」という態度で接して欲しいのです。

## (62) 便秘

便秘は、下痢とはまったく反対の状態をいうわけですが、お母さん方は、赤ちゃんの便秘をいろいろの形で定義しているようです。

○毎日便が出ない場合

○毎日便は出るが、その便が非常にかたいとき

原因としては、栄養摂取が不足しているとき、即ち母乳不足や、調整粉乳の濃度が薄すぎているか気をつけてみましょう。

又、生後2か月ころまでは、腹筋の力が弱いので、おなかを時計回りにさすったり、肛門を綿棒で軽く刺激したりします。

幼児では、偏食や小食が原因となることがありますが、積極的な運動をすすめてみます。

2歳過ぎて排便のしつけをあせるあまりかえって自立がおくれたり、規則正しい排便が難しくなり、便秘がちになるのはよく見受けられることです。

あまり長く出ないときは、それが又便秘の原因になるので、4～5日くらいを目安に市販の浣腸を使ってみるのもよいでしょう。

## (63) 下痢

大人と違って、赤ちゃんの便はめまぐるしく変わります。

そして赤ちゃんの下痢には、心配ない下痢と、注意しなければならない下痢とあります。水分の多い便でも、赤ちゃんが機嫌よく、食欲もあり、いつもと変わりなければ、即ち下痢だけが症状でしたら「単一症候性下痢」とか「単純性下痢」といって心配のないものとして、何時もと変わらない食事と生活をすすめてよいでしょう。

ただこのような時、お尻が赤くなりやすいので気をつけてあげましょう。

しかし、赤ちゃんの機嫌が悪く、吐く、熱っぽい、食欲がないなどの症状が加わっているときは、心配しなければならない下痢です。ぐったりしていたり、口の中や唇が乾いているようなときには、脱水症状の心配もあるので、すぐ医師の受診をすすめましょう。

## (64) 熱がさがらない

平熱というものは、子どもによって違います。また、1日の中でも、午前と午後では違うし、食事の前と後、また年齢によってもそれぞれ差があります。

しかし、元気がなく、ぼんやりしているときは熱を測ってみましょう。

何度何分から発熱とは一概にいえませんが、機嫌もよく食欲もあるようなら、まず心配ありません。熱が下がらないで続いたり、元気もなくなってきたら、感染症（うつる病気）が考えられますので、かかりつけの医師に受診して指示を受けましょう。

家庭では、水分の補給に気をつけましょう。

しかし、いやがるのを無理強いしないで下さい。冷たくてもかまいません（氷のかけらでもよい）。

吐き気がなかったら、そして食欲が出てきたら、消化吸収のよい、和食で始めていきましょう。もちろん医師に指導を受けながらにしてください。

## (65) せき、喘鳴

おそらく“せき”で一番訴えの多いのが、“生理的反応”といわれるものでしょう。

すなわち、朝、起きぬけのときや、夜、寝入りばなどに出るせきがこれに入ります。

軽いせきだけで、熱もなく、機嫌もよく、食欲も普段と変わらないようなときは、そのまま様子をみていてよいと思います。ただ、とかく母親が心配し、過保護な態度をとりやすい原因になりますので、そのときは、かかりつけの医師に相談させ、心配ないということがわかったら、指導する方は注意して、はげましてください。

育児相談で多いのが、乳幼児期に多い“喘鳴”です。胸に耳を当てると、“ゼイゼイ”とか猫のように“ゴロゴロ”といっているときです。大人なら、「エヘン」と咳ばらいをすればよいのと言いたいくらいのもので、一般状態がよければ放っておいてよいのですが、ときに“喘鳴”と結びつけて強調され、お母さん達の不安材料になることがあります。子どもに心楽しい生活をさせることに重点を置くことを忘れないでほしいものです。

## (66) 湿疹がひどい

湿疹は皮膚のただれであり炎症です。そして不潔になりやすいです。その汚れは皮膚からの分泌物やほこりや細菌などの湿ったものなので、これがこんどは皮膚を刺激して炎症をひどくしたり、ときにはアレルギーの原因となったりします。

従って湿疹の治療はまずその部分を清潔にすることです。

それには症状によってはこすって洗うことができないので、石鹸をつけてあとはお湯で流したり、シャワーで石鹸分と汚れを洗い流します。ことに毛の多い頭部や、くびの下、陰部、おしり、わきの下、肘や膝の内側などはとくに注意して、きれいにすることです。このようにしてからあとは症状によって、クリームや軟膏などを塗って、皮膚を保護します。処方された薬で1日何回か塗るように指示されたときには、塗る前にはその度に肌をきれいにすることです。夜は入浴の後に塗るけれど、朝や昼はちょっと拭いただけで上に塗ってしまうことがあります

が、これは汚れの上に塗ってしまうことなので、益々湿疹のよごれの層を作ってしまうようなものです。薬を有効に使うためには、塗る前の清潔が必要で、それが湿疹の効果的な治療法です。

## (67) アトピー性皮膚炎

生まれつき過敏な体質で、皮膚がただれたりカサカサして、かゆくなる赤ちゃんがいます。このようなとき、アトピー性皮膚炎ではないかと心配しますが、本態がよくわかっていません。しかし診断としては、親きょうだいなどの親族に同じような体質の人がいること、そして湿疹の特徴は、2～3か月頃から顔から全身に及び、次第に肘や膝の内側などすれるようなところに限局していくことで、とくにかゆみのあるのが根拠になります。

特定の食物をとると症状がひどくなるときは、それを中止しますが、食物は発育期の赤ちゃんにとっては欠かすことができないので「除去食」は要注意です。特定の食物を中止するときは、その栄養品に代わる食物を、必ず与えなければなりません。

治療の第一は肌の手当てです。肌の汚れが原因にもなるので、石鹸で洗い流し、そのあと症状によって、クリームや軟膏などで肌を守ります。塗りぐすりを使うときは、必ず肌をよく洗ってからにします。

## (68) 難聴

生まれて間もないころは、大きな音に対して目を閉じる（閉眼反射）反応がみられます。

生後1か月頃になりますと、母親が声をかけると、泣きやむようになってきます。

乳児の難聴は、呼んでも振りむかない、大きい音にも反応しないということで、気がつくことがあります。軽いものは見落とされやすいものです。

乳児では、あやして笑えば心配ないといわれています。そして名前を呼ぶと顔をむけるなど、動作によって判断できます。逆に、動作がにぶいときには、難聴にも気をつけましょう。

聴力障害があるときは、言葉の発達のおくれがみられます。したがって言葉のおくれがあるときは、必ず聴力の検査を受けさせましょう。

生後、おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）とか、髄膜炎、中耳炎などの病気によって難聴になることがありますので用心したいものです。

聴力障害が発見されたら、早い時期から補聴器の使用が必要なことがありますので、早めに専門的な対策をたてます。

## (69) 目やに

結膜炎とか、眼瞼炎、涙嚢炎などといった病気から起こることがあります。

また、春のはじめのころのほこり、細菌などの多い季節にも、見受けられる症状です。

子どもは、うっとうしいのとかゆみで、つい手でこすって、目のまわりまでかぶれて赤くなってしまう。ことに、白眼まで赤くなっていたり、上まぶたと下まぶたが、目やにでくっついたりしていたら、医師に相談してください。

看護の重点は清潔を保つことですが、室内の空気が乾燥しすぎていないか、などといった面にも注意をはらって下さい。また、外から帰ったら、洗顔や手をきれいにする習慣を付けておくとよいでしょう。

また、まつ毛が内側に入っていることもあるので、この場合も医師に診てもらって、経過をみるようにしましょう。

## (70) むし歯

胎児期に、母体の不健康とか、バランスの崩れた栄養状態などから、十分な栄養が摂れなかったことなどが、赤ちゃんの乳歯の歯質を悪くするといわれています。

そして、乳児時代の栄養が、永久歯の歯質に影響します。もちろん、食べ物によるむし歯の発生が最も多いと言えます。

むし歯は、生まれつきもっている歯の質、口の中の細菌の性質と、甘い食べ物がはりついている時間の三つが重なって、これが大きな原因となります。

むし歯は、治療するものでなく、予防するものといわれています。大人ばかりでなく、子どもにも非常に多いものです。小さい子どもの治療は大変ですが、進みもはやいものです。

どうせ生え変わるのだからと、いわれていた時代もありましたが、むし歯は単に歯だけの問題ではなく、腎炎や感染症の原因ともなります。そして歯の痛みのためにしっかり食べ物を噛むことが出来ず、いろいろ障害が出てきます。

歯が出始めたら、規則正しい食事の時間と、食後の口のすすぎなど習慣を身につけさせたいものです。

## (71) 鼻血が出やすい

子どもは、鼻血をよく出します。これは、鼻の中の粘膜が大人のそれより非常に傷つきやすく、とくに細菌の感染によっておこる炎症は、子どもの90%におよぶといわれているほどです。

乾燥した空気、ほこりや細菌によって粘膜に傷がつくと、鼻の中がむずがゆいので、つい指を入れてしまいます。そしてこすったりするため、傷をひろげ感染まで引き起こす（例：とびひ）わけですから、そのあたりの注意（例：指先の清潔、爪切り）を普段からしておきたいものです。

また、かぜをひいて、くしゃみをしたりしたときには、粘膜が傷ついて出血します。

鼻血の最もよく出る部位は、鼻の入口に近いところで、そこには血管がたくさん集まってお

り、さらに粘膜が敏感です。

ただ、なかなか血がとまらないとき（15分以上）は、かかりつけの医師に相談しましょう。

## **(72) 祖父母が甘やかす**

乳幼児は、そこにいっただけで大人たちを和ませる存在です。ましてその子が自分の孫であれば、その可愛さ、いとしさはそれこそ「眼に入れても痛くない」ということでしょう。

高齢・少子化社会で、祖父母・曾祖父母そろって健在という場合も珍しくない時代ですから、孫はますます甘やかされがちです。孫の喜ぶ顔を見たさに、高価な玩具や持ち物を望まなくてもプレゼントされたり、育児方針をめぐる嫁の立場にいるお母さんと行き違いが生じ、離婚に及ぶこともあります。

一方で、今は若い両親だけでの子育ては困難が多いことも事実です。そこで育児の応援団は1人でも多い方が有利だと割り切ることで、プレゼントはクリスマスと誕生日にだけお願いするなど、感謝の意を先に伝えておいてから、両親の気持ちをきっぱりと話してみたいかがでしょうか……。

## **(73) 近隣との不和**

孤島や山奥の一軒家でもない限り、近隣の人とは嫌でも何とか折り合いをつけて暮らさなければなりません。それを避けて別の所へ転居したところで、そこにもまた気に喰わない人が住んでいるかもしれません。

殊に団地やアパート等の集合住宅の場合は住みづらくなることも多いことでしょう。夜遅くの水道の音、人の足音、ドアの開閉、料理のにおい、洗濯物の干し方、掃除機の騒音、テレビやピアノの音など挙げていけば切りがないほど気になることはあるものです。

でも、そうしたことをあなたが不快に思う以上に相手もそう感じているかもしれません。人には自分がそうであるように、その人なりの生活信条や人生があり、誰にもそれを変更させることは出来ないのです。

人間はもともと群れて暮す動物なのです。自分の家族だけで固まって暮すのも良いのですが、少々のことは近隣の人と共有して生きる方が多分得るものは多いように思います。

## **(74) ベビースイミング**

水泳にかぎらず、幼い頃からいろいろな技能を学習することは、それなりの効果があります。しかし、当の子どもが、そのことにやる気持ち、楽しさを見出していることが絶対条件で、親が押しつけるものではありません。

そして、スポーツは、子どもにとって安全で楽しいものでなければなりません。子どもに泳

ぎを教えるのではなく、母と子どものコミュニケーション、即ち、水を通しての遊びの一つとして考えるとよいでしょう。

水泳をおぼえることが出来るようになるのは、4～5歳以降と考えて、あくまで子どもと1対1で裸のつきあいを楽しむようにしましょう。

### **(75) 数や文字を教えてよいか**

3歳を過ぎた子が知りたがっているのであれば、数や文字を教えても良いと思います。年長の子の勉強の真似をしたり、テレビのアニメやコマーシャルの文字を見覚えるなど、かなり早いうちから文字や数に親しむ機会は多いものです。

知りたがっているときは、楽しい遊びのつもりで関心を持たせるようにしてあげましょう。その一方、小学校入学時になって、やっと関心を持つ子もいます。

小学校への入学を心配して読み書きができることを気にするよりも、何事にも積極的になれるように育てておく方が良いのです。幼児には生活の中で、ごくやさしいことから「1人でできた」という体験をさせることが、自信をもち、やる気十分な子になるでしょう。

### **(76) 乳幼児突然死症候群 (SIDS)**

SIDS (シズ) は、今まで元気だった赤ちゃんが、主に眠っているあいだの呼吸停止で、突然死亡するものです。発生しやすい月齢は、6か月未満で、出生後の早い時期に多発しやすい傾向です。

原因は明らかではありませんが、次のような状況のときに発生することがわかっています。

- \* 仰向け寝よりうつぶせ寝のときが多い。
- \* 母乳栄養よりミルク栄養の方が多い。
- \* 薄着より暖めすぎのときに多い傾向
- \* 子育て環境にタバコを吸う人がいる

そこでSIDSは、呼吸が始まったばかりの頃に、上に挙げたような条件が関係するということです。生後半年頃までは、赤ちゃんを見守り、手をかけるようにしましょう。

殊に0・1・2か月は、出生と同時に肺呼吸が始まったばかりなので、赤ちゃんへの適当な刺激も必要なときです。

すべてが発達途上にあると心得て、観察と異常の早期発見と心得ましょう。

呼吸停止に気付いたら、直ちに救急処置が必要です。

- ・ たばこをやめよう
- ・ できるだけ母乳で育てよう

万が一、急変に気づいたら、人工呼吸を施す一方で救急車を呼ぶことです。