



幼児期のお子さんの保護者の方へ



子育て

ひとりで悩まないで

ちがいを認め合って みんなで子育て



彩の国



埼玉県

# みんなと一緒に育つことの大切さを伝えよう

すべての子どもは大切なかけがえのない存在です。

親はわが子がみんなから尊重され、認めてもらえる存在であることを何よりの幸せと感じるでしょう。そのためにも、子ども自身が自分を肯定できるようにしてほしいと思います。

思う通りに子育てできない、育ちが気になる、育てにくい…などと感じていたら、ぜひ気になる行動の背景を考えてみましょう。その子にあった教え方、伝え方が必ずあるはずです。どうか、子どもたちが精一杯頑張ったところやいいところをみつけて、ほめてほしいと思います。ほめられたことで、子どもは自己肯定感がもてるようになります。もし子育てに悩んでいる親がいたら遠巻きにせず、同じ子育て中の親同士でその気持ちを理解してあげてください。

子どもたちには

「一人ひとりがみんな違って、いろいろな人と一緒に生きている」

ということをいろいろな場面を通して伝えてほしいと思います。

子どもはものごとを素直に吸収します。子どもは自分の親がどんな気持ちで他の子どもたちに接しているかも敏感に感じとっています。身近な大人がすべての子どもへ正しい対応を示すことができれば、どの子どもたちも正しい対応ができるはずです。

わが子が住みやすい社会は、自分も他人も、また障害のある人もない人も、すべての人を尊重し認め合って協力して生きていける社会といえるでしょう。それをまず親が信じ、子どもたちに伝えていってほしいと思います。

## あなたの素敵なひとことで

子どもたちがこれから過ごしていく社会では、いろいろな人たちに出会うことでしょう。あなたの素敵なひとことは、子どもたちがお互いを大切にする力となるでしょう。

いろんな子がいるね!



「一人ひとり好きな遊びがあっていいんだよ。  
いろんなお友だちがいて良かったね。」

いっしょけんめいだね!



「苦手かもしれないけどがんばってるね。」

# お子さんの育ちや行動が気になるとき

子どもにはよくあること・・・でももう少しよく見てみると

## 知的な遅れはないけど・・・

- ・ すぐ迷子になる
- ・ 一方的にしゃべってばかり
- ・ おしゃべりがとまらない
- ・ 食べ物の好き嫌いがはげしい
- ・ すぐ興奮する
- ・ 人の外見について思ったままを言う
- ・ こちらの言うことが伝わらない



## こんな様子はありませんか？

- ・ 年齢の割に難しい図鑑・カタログなどをじっと見ている
- ・ 遊具などを本来の使い方通りに使わない
- ・ 疲れているはずなのになかなか寝つけない（何日も続く）
- ・ テレビのCMのセリフをずっとくり返し言い続けている
- ・ 特定の、あるいは年齢不相応の（若い）物にこだわる
- ・ 片付けられない ・ 斜めに見る ・ 水、水道にこだわる

大きくなれば自然にできるようになる・・・わけではなく、  
ていねいに教えるべき子どももいます。ルールやマナーを  
幼児期から子どもに合った方法で教えていきましょう。社会  
生活で必要なことを身に付けておくことは、大切なことです。  
自分のことをある程度自分でできるようになると、子どもた  
ちは自信をつけていきます。

どんな子どもであっても子育てに悩みはつきません。その子に合った方法で教えたり、伝えたりする工夫が大切です。子どもに気になることがあったら、まず身近な人や保育所・幼稚園に相談してみましょう。家族も一緒に。

例えば・・・

### 食べ物の好き嫌いが多くて気になる

- \* 味覚が過敏なのかも？
  - \* 見た目（形、色）にこだわりがあるのかも？（丸い物、白い物など）
  - \* 食べ物の温度にこだわりがあるのかも？
  - \* においが苦手なのかも？
- 同じ食材でも調理法を変えたり、食材別に分けてあげたりしてみましょう。
  - 無理強いしないことが大切。焦らずに成長を待ちましょう。

例えば・・・

### 奇声をあげる、泣き叫ぶなどが気になる

- \* 周りの状況が理解できない、または想像できないのかも？
  - \* 不安や恐怖感の表れなのかも？
  - \* 感覚過敏（音・光・臭い・気圧の変化など）なのかも？
- 落ち着ける場所に移して、気持ちが切り替わるのを見守ってあげましょう。落ち着いたら状況を本人が分かるように伝えましょう。
  - 行動の背景や理由を考えてみましょう。そして、その子の不安を取り除く方法、例えば分かりやすいようにスケジュールや手順を示してあげるなどの工夫をしましょう。予定の変更があるときは予告しましょう。
  - 感覚過敏にはできる限りの配慮をしてあげましょう。

## 子育て どうすればいい?①

### パニックをおこすのは・・・

何をするのか分からない・・・不安でいっぱいです  
いつもと違う・・・混乱しています



問題行動と決めつけるのではなく、どうしてそのようにしているのか、その子の気持ちを考えてみましょう。

どんな行動にも必ず理由と意味があります。身体に現れることには適切な対処がとれます。しかし、ある一部の子どもたちが示す言動には、親や周囲の人が実感としても共有しにくいこともあり、理解が難しいと感じるのもまた自然なことです。

一貫性をもって

安心感を与え

過敏さへも配慮

## たとえばこんな対応を・・・

日課、予定を示す

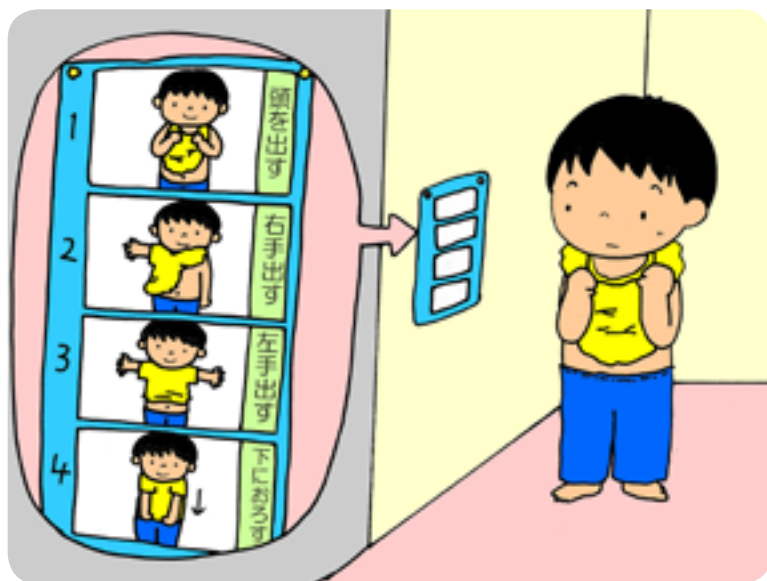


そのほかに・・・ どこで何をするのか分かる工夫

感覚の過敏な子どもたちにとっての日常は、常に不安や不快なものに囲まれているようなものです。安心して生きていくために、様々な工夫が必要になります。不思議に思える子どもの行動も実はその子なりの一生懸命に適応しようとする姿として見直してみると、違った世界が見えるでしょう。

## 子育て どうすればいい？②

- ・ひとつずつできることをふやす
- ・子どものそれぞれのペースで
- ・無理をしない
- ・過剰な期待をしない



手順書があればひとりでできるよね



スモールステップで

ほめて ほめて

達成感をもたせる

せっかくここまで  
自分でできたのに・・・



最後の仕上げのところを本人にさせ、  
「自分でできた」という達成感をもたせましょう

保育所や幼稚園での集団のなかでは、子ども同士のトラブルも起こりがちです。

そんなときに、親や周りの大人はどんな声かけをすればいいのでしょうか・・・



### 子どもは大人を見て育ちます

子どもは身近な大人が手本です。子どもには一人ひとりがみんな違って、いろいろな人と一緒に仲良くすることが大事だと伝えましょう。

もちろんルールがあるので「いやなことはいや」「ダメなことはダメ」と言っていていいよということも教えてあげましょう。



# お友だちの心をのぞいてみると・・・



しつけができて  
いないのね

**ちょっと待って!**  
**それは・・・**

音や光に敏感なために耐え  
られないのかもしれませんが



わがままね

**ちょっと待って!**  
**それは・・・**

急に予定が変わったことで  
驚いて不安になっているの  
かもしれません



おせっかいよ

**ちょっと待って!**  
**それは・・・**

こうあるべきという強いこだわりがあるのかもしれませんが



放っておいてほしいのね

**ちょっと待って!**  
**それは・・・**

今何をしているのか分からないのかもしれませんが

# 子育てのヒント .....

## どのような行為にも、子ども本人にとっては意味がある

- その意味を探りながら関わり方を考えましょう
- 子どもの示す行動にどう対処するか？ の前にその行動が示す子どもの気持ちを考えてみましょう

## でも、子どもを理解することは難しい

- 分からないことがあるのは当たり前
- 子どもを分かろうとする努力を積み重ねていくなかで、分かっていくことも増えてきます

## 叱るのではなく分かりやすく伝える

- こちらの思いを伝えるときは、叱るのではなく、分かりやすい言葉で。行動を教えたいときは、実際に正しい行動を見せましょう

## やり遂げたときはほめる

- 笑顔で短い言葉で伝えましょう
- 「頑張ろうね」（これからに期待を）ではなく、「頑張ったね」（今の姿への賞賛）の声かけを

## 実践：基本の考え方

社会のルールとマナーを  
守れるように正しいルール  
を伝える

放っておかない

無理強いしない

幼児期から少しずつ根気よく

伝え方は

- ゆっくり、静かな声で肯定的に話す
- 理解しやすい言い方で
- 一貫性をもって
- 視覚的に

順番だね。  
がまんできて  
えらいね



## 子育てを「孤育て」にしないで

幼児期の子育ては、わが子と二人きりのことが少なくありません。子育てには、うれしいことも辛いこともあります。楽しいときはさておき、なかなかうまくいかないときに、さりげなく相談することは、それほど簡単ではありません。

特に子どもたちのなかには、親の育て方が悪いわけでもなく、本人のわがままでない、目にみえない特性（過敏だったり、コミュニケーションがとりにくかったり、こだわりが強かったりする性質など）を生まれ持つ子どもがいます。生まれ持っていることが分かりにくいと、周囲は子どもを責めたり、親を批判したりします。そうした誤解から、子どもを追い詰めたり、親を孤立させたりしないことが、大切です。親が元気なら子どもも元気。どうか子育てを「孤育て」にしないでほしいと思います。

使える社会資源はどんどん使って、相談しながら楽しい育児をしてほしいと思います。

### 幼児期のお子さんの保護者の方へ

#### 子育てひとりで悩まないで ちがいを認め合ってみなで子育て

監修：田中康雄（北海道大学大学院教育学研究院附属子ども発達臨床研究センター教授）

検討メンバー：

渡部庄一（埼玉県特別支援教育課発達支援専門員、前本庄特別支援学校校長）

小材由美子（埼玉県自閉症協会会長、日本発達障害ネットワーク埼玉代表）

協力：原口英之（臨床心理士、前所沢市立教育センター教育相談員、筑波大学大学院）

企画・発行：埼玉県 平成 23 年 11 月

構成：オフィス淡海 編集：大岡千恵子（オフィス淡海） イラスト：桂山加奈子

## 関係機関一覧

身近な地域の相談機関			
相談の内容	機関 / 運営者 主体分類	窓口名 / 事業所等名	連絡先 / 掲載先
児童の福祉サービスについての相談	市町村	児童福祉担当	※お住まいの市町村の連絡先を記入してください
乳幼児の健康相談、子どもの発達やことばについての相談	市町村	保健センター	
障害児・者の福祉サービスについての相談	市町村	障害福祉担当課	
就学時の教育相談	市町村	教育委員会	
親同士の交流・子育ての相談 (0-3歳児)	市町村等	地域子育て支援拠点	※お住まいの地域を担当する事業所等の連絡先を記入してください
地域の障害児・者の福祉サービスについての相談	民間等	障害者相談支援事業所	
訪問や外来による療育指導や障害児等についての相談	民間等	障害児等療育支援事業実施施設	

広域の関係機関			
相談の内容	機関 / 運営者 主体分類	窓口名 / 事業所等名	連絡先 / 掲載先
子どもの心の問題についての健康相談	県	保健所(管轄区域は、HP参照) (さいたま市、川越市にお住まいの方は市の保健所へ)	<a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/site/hokenjo/hokenjo-saihen-henkouten.html">http://www.pref.saitama.lg.jp/site/hokenjo/hokenjo-saihen-henkouten.html</a>
			さいたま市 <a href="http://www.city.saitama.jp/www/contents/1196648448593/index.html">http://www.city.saitama.jp/www/contents/1196648448593/index.html</a>
			川越市 <a href="http://www.city.kawagoe.saitama.jp/www/contents/1099377176676/index.html">http://www.city.kawagoe.saitama.jp/www/contents/1099377176676/index.html</a>
障害や発達について気がかりのある子どもについての保護者や先生からの教育相談	県	最寄りの特別支援学校	<a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/page/school02.html">http://www.pref.saitama.lg.jp/page/school02.html</a>
障害を持つ子どもの相談 子どもの養育についての相談	県	児童相談所 (管轄区域は、HP参照) (さいたま市にお住まいの方は、市の児童相談所へ)	<a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/page/jisou-annai.html">http://www.pref.saitama.lg.jp/page/jisou-annai.html</a>
			さいたま市 <a href="http://www.city.saitama.jp/www/contents/1261630627640/index.html">http://www.city.saitama.jp/www/contents/1261630627640/index.html</a>
障害や発達について気がかりのある子どもについての保護者や先生からの教育相談	県	埼玉県立総合教育センター (特別支援教育担当) (さいたま市にお住まいの方は、市の特別支援教育相談センターへ)	048-556-4180 <a href="http://www.center.spec.ed.jp/?page_id=394">http://www.center.spec.ed.jp/?page_id=394</a>
			さいたま市 048-623-5879 <a href="http://gakkoukyouiku.saitama-city.ed.jp/sosiki/sidou2/soudansenta.html">http://gakkoukyouiku.saitama-city.ed.jp/sosiki/sidou2/soudansenta.html</a>
発達障害に関する専門相談窓口	民間等	発達障害者支援センター まほろば (さいたま市にお住まいの方は、市の発達障害者支援センターへ)	049-239-3553 <a href="http://www10.ocn.ne.jp/~mahoroba/">http://www10.ocn.ne.jp/~mahoroba/</a>
			さいたま市 048-859-7422 <a href="http://www.city.saitama.jp/www/contents/1251183382637/index.html">http://www.city.saitama.jp/www/contents/1251183382637/index.html</a>
発達障害等に関する診療	民間等	医療機関	<a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/site/hattatu/#iryoukikan">http://www.pref.saitama.lg.jp/site/hattatu/#iryoukikan</a> <a href="http://www.pref.saitama.lg.jp/page/tyukaku.html">http://www.pref.saitama.lg.jp/page/tyukaku.html</a>

○詳しい業務内容や相談の対象については、各機関にお問い合わせください