

# ちばなハイサイ子育てだより



新緑が目にあざやかな季節となりました。ゆく春を惜しみつつ、初夏の到来に胸をはずませるこの頃。街中でも半袖姿が多く見られ、気温の暑さを物語っています。

5月と言えば、GWに母の日と多くの祝祭日やイベントがあります。今年もコロナ禍でのGWとなりましたが、安全に配慮しながら楽しく過ごして下さい。

今月も体調管理に気をつけながら、5月ならではの風物詩に触れ、多くのことを体験していきたいと思えます。

簡単親子製作：

## 手形うろこのこいのぼり

### ★準備するもの

- ・色画用紙
- ・毛糸
- ・シール
- ・手形
- ・はさみ
- ・のり
- ・クレヨン
- ・穴あけパンチ

### ★作り方

1. 色画用紙をこいのぼりの形に切る。



2. クレヨンで自由に模様を描く。



3. 手形と、色画用紙で作った目を貼る。



4. シールを自由に貼る。



5. 穴あけパンチで上部分に穴をあけ、毛糸を通す。

### ★ポイント

・吊るして飾るだけでなく、壁面飾りにも！

・幼児さんならはさみで切ったり手形や目を貼ったりするところから、乳児さんならクレヨンで描いたりシールを貼ったりするだけなど、製作過程は子どもの年齢や様子に合わせてアレンジしよう。



## 5月8日はゴーヤーの日

1997年、沖縄県とJA沖縄経済連が、ゴーヤーを広く知ってもらいもっと食べてもらおうという思いから、5月8日を「ゴーヤーの日」と制定しました。ゴーヤーはビタミンCや葉酸など、栄養価が高い食べ物で健康維持にも役立つ食材と言われています。中でも、ゴーヤ特有のトリテルペン類（クルルピタン型トリテルペノイド類）には、血糖の上昇を抑える働きがあることがわかってきています。

ぜひ、5月8日ゴーヤーの日や今夏にチャンブルー等にて、召し上がって下さい！！



## 登園時に子どもが歩かないのはなぜ？その理由と対処法

お家から車までの間、駐車場から門までなど、短い距離でも歩くことはあるでしょう。そんな中、なかなか歩かなくて苦労した経験はありませんか？今回は、その理由と対処法をご紹介します。



### 「歩かない」のか「歩けない」のかを考えよう

大事なのは、子どもが歩くことを嫌がる理由を知ることです。さまざまな理由がありますが、大きく2つに分けることができます。それは「歩かない」のか「歩けない」のか、です。

まずは「歩かない」場合、本当は歩けるのに歩かないということです。「公園で遊ぶときは楽しく走り回れる」「園でのお散歩は問題なく歩ける」という場合は、こちらに当てはまるでしょう。

もう一つは「歩けない」場合。身体的・精神的な理由から歩くことが困難ということです。「普段遊んでいても動きが少ない」「園でのお散歩でも疲れてしまう」という場合は、こちらに当てはまります。車や人に対して怯えている様子がある場合もこちらです。

年齢が低いお子さまだと、見極めが難しいかもしれません。そんなときは、普段遊んでいる姿をよく観察したり、園での様子を聞いたりしてみてください。登園時とそれ以外を比べることで、どちらに当てはまるかがわかってくるでしょう。

### 登園時に子どもが「歩かない」理由と対処法

#### ・甘えたい

保護者のかたに甘えたいから、歩くことを嫌がる場合があります。抱っこしてもらうのは、きっと子どもにとって最高のスキンシップ。ぐずったり泣いたりしながらも、保護者のかたに触れ合いたいと思っているのかもかもしれません。

この場合、まずは甘えたいという気持ちをしっかり受け止めてあげてください。つまり、「抱っこして」という欲求を満たしてあげるとのこと。ただ、この「抱っこ」の仕方はいろいろあって大丈夫。その場で止まってギュッと抱きしめる、次の電柱のところまで抱っこする、などですね。短い時間でも気持ちを受け止めてあげること、案外スムーズに歩いてくれることがあります。

また一番大事なのは、登園時以外でのスキンシップを増やしてあげることです。生活の中でたくさん抱きしめてあげて、たくさん話を聞いてあげることで、気持ちが満たされてきます。普段甘えられることがわかれば、登園時は自分ですべて歩いてくれるようになるでしょう。そのときだけでなく、生活全般に目を向けるのがポイント。時間はかかっても、こちらの方が後々ラクになるはずですよ。

#### ・保育園・幼稚園に行きたくない

園に行きたくない場合は、歩くことを拒否してそれを表現することがあります。この場合は、原因を探って対処する必要があるでしょう。「給食がイヤ」「行事の練習が大変」「友達とケンカした」など、行きたくない理由はさまざま。お子さまの話を聞いてあげたり、先生に相談してみたりして、解決法を探してみましょう。

この場合も大事なことは、「行きたくない」という気持ちを否定しないこと。お子さまの気持ちを受け止めて、保護者のかたの気持ちをメッセージで伝えましょう。「お仕事があるから、今日は行ってくれると助かるな」という感じですよ。

#### ・歩くのが面倒

単純に歩くことが面倒という場合もあります。大人だって、歩くよりも乗り物に乗った方がラクですよ。活発に動き回る子どもでもそういう気持ちがあるということは、理解してあげましょう。

この場合は、歩くことの楽しさを伝えたり、どんな良いことがあるのかを教えたりしていくのがおすすめ。「電柱にタッチしながら歩く」「タイヤから落ちないように歩く」「花や車の名前を当てながら歩く」など、歩くことは楽しいことだと思うような方法を考えてみましょう。「歩く」と足が強くなるんだよといったメリットも伝えていくとよいかもしれません。

#### 「歩けない」場合は無理をさせないで

歩けないのには、身体的な理由と精神的な理由の2つがあります。この場合、無理は禁物。それぞれ具体的にみてみましょう。

#### ・身体的な理由がある場合

体力や筋力がないなど、体の成長が追いついていない場合は歩くのが大変。しっかりと歩ける体になるまで、ゆっくり慣れていく必要があります。年齢、体格、発達スピードなど、個人差も大きいので周りとは比べず。お子さまに合った距離や時間で、少しずつ歩く練習をしていきましょう。

また、感覚が過敏な場合もこちらに当てはまります。音に敏感であったり、靴を履いて歩く感覚が苦手であったりするお子さまです。この場合は、苦手なものの取り除いてあげる必要があります。「車が通らない静かなコースに変える」「靴を工夫する」など、お子さまに合った解決法を考えてあげてください。

ふらついていたり、歩き方が不自然であったりする場合は、病気が隠れている可能性もあります。気になるときは、お医者さんに相談してみてください。

#### ・精神的な理由がある場合

歩かないのは、何か怖いものがあるからかもしれません。大きな看板、近所のペット、変な形の本、車や信号……。大人にとっては「そんなもの？」と思うものに対しても、子どもは恐怖心を抱くことがあります。お子さまに話を聞いたり反応を見たりして、何か怖いものがないかを調べてみてください。そのうえで、それを回避できるように道順を変えたり時間帯を変えたりしてみましょう。

また、怒られたり急がされたりすることがイヤで歩けない場合もあります。「早く歩いて」「遅れちゃうよ！」といった言葉をかけ過ぎてはいませんか？ こういったことが続くと自信がなくなり、歩くこと自体が苦手になる可能性があります。体が小さいのですから、大人と同じように歩かなくて当然。個人差もあります。子どものペースで無理なく歩けるように、時間に余裕を持ってあげたいですね。

<ベネッセ教育情報サイトより>

## 今月の絵本



ワニくんの足は、だれよりも大きくそのせいで余分な不幸がふりかかってばかりいると感じています。

そこで毎日、涙ぐましい努力で自分にとってわずらわしい足を小さくしようと頑張ります。

でも…大きさは変わりありません。

ワニくんはそこで考えを巡らせます。

同じ出来事も受け止める方向によって大きく意味が変わるという事。

そして、その身、その環境を生きること。

『代わってもらえない』逆に言えば代わってもらわない人生で、かけがえのない人生を一人ひとりが役割をもって生きてることを教えてもらえる【自尊のこころ】が育つ絵本です。



やねよりひくいこいのぼりじゃ、つまんない!そんなときは……かえうた!!

おもしろ〜ろ〜ろ〜うた〜うた〜うた〜うた〜

きっとみんな歌いたくなる!

季節と行事のよみかき絵本。

