



# げんきっずたより 2月号



尾上地区子育てひろば【げんきっず】 令和7年1月25日発行  
 〒036-0242 平川市猿賀明堂139-1 (はすね子ども園併設)  
 TEL: (0172) 43-5623  
 ※つながらない時は、57-3430 (はすね子ども園: 木村、小田桐) まで  
 メールアドレス: hasune@jomon.ne.jp ホームページhttp://www.syuhokai.or.jp

雪…雪…ゆき…。大量の雪にうんざりした1月。暦の上では『春』の2月ですが、まだまだ雪とは長いお付き合いになりそうです。さて、この時期は、インフルエンザ、ウイルス性胃腸炎、RSウイルス感染症など様々な感染症に罹患するリスクが高くなります。手洗いやうがいはもちろん、規則正しい生活を心がけウイルスを寄せ付けない体づくりをしましょうね！



## 気持ちや行動の切り替えができない子、どう対応すればいいの？

約束の時間になっても遊びをやめられない、もう眠る時間なのにおもちゃを片づけられない…etc. いくら声掛けしても、反応しないし、無理に連れて行こうとすると、泣いて嫌がったり、怒ったり、八つ当たりされたりで、疲れちゃいますよね。どうしたらスムーズに切り替えができるようになるのか、悩んでいるお母さんも多いはず…。

なぜ、気持ちの切り替えができないのか。その理由がわかると対応の仕方ともわかってきます。思いを上手く言葉にできないお子さんの気持ちを理解し、ちょっとした工夫をすることで、切り替えがスムーズに出来る様になるかもしれませんよ！

### 2～3歳児が気持ちを切り替えられない理由？

- ①夢中になりすぎて周りが見えない。
  - ・次に何をすべきか、何をしなければならぬのかを考えていない、もしくはわからないので、もっとやりたいという気持ちが強く、中断することに拒否反応を示します。
- ②感情のコントロールが難しい。
  - ・自分の感情を表現できない、言葉でうまく伝えられないなど、自分の気持ちを説明することができないので、熱中していることを中断された不快感を自分のなかで対処できず、怒りの感情が爆発し、泣きわめいたり癇癪を起こしたりします。
- ③集団行動が難しい。
  - ・幼稚園や保育園で場面の切り替えが苦手な子どもは、そもそも集団行動を苦手としている可能性も考えられます。成長につれコミュニケーション能力が身に付き、徐々に集団行動に適用できるようになります。

### 4～5歳児が気持ちを切り替えられない理由？

- ①子ども自身が次の行動をよく理解していない(イメージしていない)。
  - ・「出かけるよ」「そろそろ行くよ」など曖昧な表現をすると、何をするのか、理解できていない場合があります。
- ②遊びが盛り上がっているため、「今」は終わらせたくない。
  - ・大人でも「もう少しこのテレビ見たい…」という時があるように、子どもも「もう少しこれで遊んでいたい」という気持ちが強いと、すぐにやめることは難しいですよね。
- ③次にやることに対して【嫌】【不安】【苦手】意識がある。
  - ・例えば、病院に行く、よくわからないところに行くなど、次の行動に嫌なことや苦手なことが待っている時は、大人も一歩踏み出すのが億劫になりますよね？子どもも同じ気持ちです。
- ④大人のイライラが伝わってしまっている。
  - ・子どもは親の感情や態度に敏感です。それによりマイナス感情が芽生え、次の行動を躊躇しているのかもしれない。
- ⑤疲れや眠さなどで甘えが出ている。
  - ・疲れている時や眠い時は、いつも以上に時間がかかってしまうことがあります。

### パパ、ママができることは？

- ①スケジュールを立てる。
  - ・「〇〇時になったらお片付けしてね」「あと〇〇回やったらおしまいね」と伝えて、度々確認します。
- ②早めの予告と具体的な声掛けをする。
  - ・「あと1回にしようね」「あと〇〇分だよ」と具体的に終了や区切を予告します。
- ③前向きな声掛けで次のことに興味を向かせる。
  - ・いったん別のことに注意をひき、ほかのことに目線向けると意外とすんなり次に進めることもあります。次の楽しみ、興味があるものが伝われば、うまく誘導できるでしょう。
- ④どうしたいか聞いて、受け止め、心を満たす。
  - ・場面の切り替えが苦手な理由は何か、例えば「今やってることを満足するまでやりたい。」「熱中しすぎて周りが見えなくなる。」など分析して対応することが大切です。何が嫌なのか、どうしたいのか聞いて「そうなんだね。」と受け止めてあげましょう。
- ⑤親のイライラは伝わるので、心に余裕をもって接する。
  - ・イライラしてただせかすよりも、余裕をもって気持ちを受け止め、次に誘導するほうが結果的には早く切り替えができます。

### 生活絵カード



### パパ、ママができることは？

- ①予定の見通しを伝える、予告する。
  - ・どのくらい遊ぶことができるのか、次はどこに行くのかがわかると、子どもも安心できスムーズに切り替えることができます。目で見て理解する方が得意な子には、絵カードを用いて視覚で伝えても効果的です。
- ②具体的に伝える。
  - ・「あと3回滑り台を滑ったら終わるよ。」「買い物に行くから片付けよう」など、具体的に伝えます。
- ③行動を切り替えられたら、楽しいことが待っている！
  - ・「帰ったらおやつ食べよう」、「上手に片づけたら、シール貼ろう」など、次は楽しいことが待っていると思うと切り替えがスムーズにいくかもしれません。
- ④子どもの気持ちを受け入れる、共感する。
  - ・「もっと遊びたかったよね。でも暗くなってきたから帰ろうね。」など「共感+理由」を心がけてみてください。
- ⑤アラームを鳴らす、砂時計を使う。
  - ・時間が減っていくことが目に見えてわかり、心の準備がしやすくなります。

## ★2月の活動予定 場所:子育てひろば【げんきっず】

活動サークル	日程及び活動内容
げんきっずティ 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4日(火)・18日(火)</li> <li>・25日(火)…身体測定が出来ます。</li> </ul> ※利用の際は前日までにご連絡ください。
親子 サークル 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5日(水)『雪遊びを楽しもう!』</li> <li>◆園庭で雪遊びを楽しみませんか?ソリやスコップを用意してお待ちしています。</li> <li>※ジャンプスーツ、手袋、長靴、帽子、着替え(濡れたり汗をかいたりすることがあります)、飲み物等の準備をお願いします。1日(土)までにご連絡ください。</li> <li>※天候の悪化により雪遊びができない場合は、室内での活動となります。</li> <li>・27日(木)『雛飾りを作ろう!』</li> <li>◆かわいい雛飾りを作ってお部屋に飾りませんか?</li> <li>※材料等の準備がありますので、20日(木)までにご連絡ください。</li> </ul>
手芸 サークル 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> <li>【パッチワーク作り】・13日(木)</li> <li>※初めての方はご連絡ください。</li> <li>◆パッチワークや小物作りの好きな方が集まり、それぞれ作りたいものを持参して作っています。興味のある方はぜひ参加してみませんか?連絡をお待ちしております!</li> </ul>
クッキング サークル 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> <li>【今月のおすすめメニュー】</li> <li>・20日(木)</li> <li>◆子どもに人気メニューや季節のおすすめ料理・離乳食を紹介しています。</li> <li>※前日までにお申し込みください。</li> </ul>
ボランティア 《9時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1日(土)・8日(土)・15日(土)</li> <li>・22(土)</li> <li>※学生・一般の方が参加できます。</li> <li>※毎週、水曜日までに申し込みください。</li> </ul>
育児相談 《10時～16時》 【随時対応】	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆子どもの育ちや不安を感じる事など話してみませんか?子育てのヒントになるかもしれません(o^-^o)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>※風邪の症状があったり、家族の中で風邪を引いている方がいたりする場合はご遠慮ください。</li> <li>※流行性感染症防止の為、活動が中止になることもあります。</li> </ul>