



げんきっずたより

3月号

尾上地区子育てひろば【げんきっず】令和7年2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

3月。カレンダーの上ではもう春ですが、雪国の春はまだ遠く、厳しい寒さが続いています。季節の変わり目である3月は体調を崩しやすい時期でもありますので、体調管理に十分注意をし、病気の予防を心がけましょう。
今年度1年間、げんきっずたよりをご愛読いただきありがとうございました。来年度もパパ、ママに寄り添い、疑問に思っていること、不安に思っていること等を取り上げていきたいと思っております◎ R7年度も引き続きよろしくお願いいたします!!

子どものひどい癇癪(かんしゃく)に、どう対応しますか？

Q: 癇癪とは？

A: 何かのきっかけで興奮し、感情のコントロールが難しくなっていることを言います。

- 子供の癇癪は、具体的に次のような状態を指します。
 - ・**大声**(金切り声)を出し、泣きわめく。
 - ・床に身体を投げ出し、海老ぞりになり、**暴れる**。
 - ・物を手当たり次第に投げつける、手近にある物を叩きつけるなどして**破壊**する。
 - ・周囲にいる人間(大人、子供問わず)を殴る、蹴るなど**他害行動**を取る。
 - ・自分を叩く、頭を打ち付けるなど**自傷行動**を起こす。

Q: 癇癪の原因は？

A: ①生理的な原因

・赤ちゃんの場合、「お腹すいた」など**不快な状態を泣くことで表し**、幼児期は、「頭が痛い」などの比較的単純な感覚から、「部屋が明るすぎる」などの**五感への刺激が不快**に感じることで、それをうまく伝えられず泣きわめくことがあります。

②拒否したい

・イヤイヤ期など「これはしたくない」などの感情から癇癪を起すことがあります。

③欲求を伝えたい

・癇癪を起こして泣くことにより、**自分はこれをしてほしいという欲求を伝えています**。注目してほしい、寂しい気持ちや大人にかまってほしいという気持ちから、癇癪を起こしてしまうこともあります。

④对人的な原因

・他者との関わりにおいて、**自分の欲求が通らないとき**に癇癪をおこすことがあります。

Q: 癇癪を起すのは、発達障害が原因？

A: 発達障害の特性により、癇癪を起すこともあります。

要因として、

- ①**行動や興味のかたより**
- ②**言葉の発達の遅れ**
- ③**自分の気持ちを他者に伝えることが苦手**
- ④**他者と自分の意図をすり合わせるのが苦手**
- ⑤**気持ちのコントロールが難しく、衝動性がある**

といった特性があります。

ただ、癇癪を起しているからと言って、必ず発達障害であるとは限りません。

では、癇癪を起さないために

どういうことに配慮してあげたら良いの？

癇癪には必ず何か原因があります。その『何か』を事前に知ること、どんな時に癇癪をおこしやすいかがわかり、予防できる場合もあります。

配慮その1 <<見通しを立ててあげる>>

スケジュールボードやタイマーなどを使用して、視覚的にも聴覚的にも分かりやすい予定を伝えれば、子どもも納得できます。

配慮その2 <<言葉で気持ちを伝えられない時は、ツールを活用する>>

自分の気持ちや欲求をうまく言葉で伝えられないときは、絵カードやジェスチャーなど、子どもが簡単に使える代替的なコミュニケーションツールを用いるとよいでしょう。

配慮その3 <<気持ちの切り替え方法を決めておく>>

お気に入りのぬいぐるみを抱く、静かな場所に移動するなど、イライラや不安を感じたときに、気持ちを切り替えるための方法を事前に準備しておくことも有効です。

配慮その4 <<不快なものをや状況を回避する。>>

うるさい場所が苦手な子には、事前に耳栓を用意して使用するなど、子どもの感覚過敏や苦手な状況に配慮し、不快な刺激をできるだけ避けることも重要です。

それでも癇癪が起きてしまったときの対処法とは？

□まずは、子どもの安全を確保する

・癇癪を起して暴れることがあります。ぶつかったり蹴り飛ばしたりしてもけがをしない様、危険なものは離すようにしましょう。

□干渉しすぎず、落ち着くのを待つ

・子どもが気持ちを爆発させる時間も必要です。声を荒げず、そばで静かに見守ることで、子どもが安心して感情を整理できるようになります。

□別の場所に移動するなど、クールダウンする

・癇癪を起している時、周囲がうるさいなどの刺激が多い、子どもの特性上、不快に感じやすいといった環境の場合は、静かで落ち着ける場所に移動させるのも有効です。

□癇癪をおこしている原因から注意をそらす

・興奮の原因から注意をそらすことで、子どもが気持ちを切り替えやすくなります。

□安易に欲求に応じない

・子どもの癇癪が欲求不満の場合、すぐにその要求を満たしてしまうと、癇癪が「手段」として定着する可能性があります。感情が静まった後に話し合いの機会を持つようにしましょう。

□落ち着くことが出来たら、しっかり褒める

・子どもが癇癪を収められたときは、その努力や行動を具体的に褒めてあげます。これにより癇癪を起こした後の自己肯定感を高めることもできます。

★3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
げんきっずデイ 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> ・4日(火)・10日(月)・18日(火) ・25日(火)…身体測定が出来ます。 ※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"> ・6日(木)『足形アート』 ◆お子さんの手形・足形を取って記念に残しませんか?体に無害なインクを使用します。 ※材料等の準備がありますので、3月1日(土)までにご連絡ください。 ・27日(木)『アンパンマンブロックで遊ぼう!』 ◆子ども達が大好きなアンパンマンのブロックで、自由に組み立て遊びをしませんか?小さなお子さんには、乳児用玩具を用意しておきます! 3月24日(月)までにご連絡ください。
手芸サークル 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> 【パッチワーク作り】・19日(水) ※初めての方のご連絡ください。 ◆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!
クッキングサークル 《10時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> 【今月のおすすめメニュー】 ・13日(木) ◆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。 ※前日までにお申し込みください。
ボランティア 《9時～12時》	<ul style="list-style-type: none"> ・1日(土)・8日(土)・15日(土) ・22日(土)・24日(月)・31日(月) ●学生・一般の方が参加できます。 ●毎週、水曜日までにお申し込みください。 ※24, 31日は前週の金曜日まで。
育児相談 《10時～16時》 【随時対応】	<ul style="list-style-type: none"> ◆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)
	<ul style="list-style-type: none"> ※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。 ※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。