

「子どもは 人に迷惑をかけながら育つものよ」  
近所のおばちゃんは教えてくれた

「子育ては 人に頼りながらするものよ」  
そういつて、赤ちゃんを抱き上げた

「そうして あなたが 手があいたら  
また 次の人にしてあげればいいのよ」

そういつて  
おばちゃんは にっこり笑った



赤ちゃんの  
こころ

豊かに育っていますか？

2ヶ月頃



1919やママが  
近づいたり  
話かけると  
目を輝かせる

4ヶ月頃～



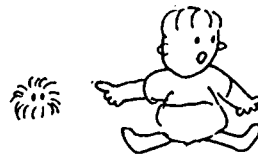
あやすと  
声をたてて  
笑う

8ヶ月頃～



なんご  
喃語  
(おしゃべり)  
がさかん

10ヶ月頃～



初めてのもの  
(不安を感じたの)を  
見つけると  
お母さんの顔を見て  
確かめる



表情が豊かで喃語や笑顔が多いのは **こころ** が豊かに育っている  
証拠だよ！



こころの栄養



お母さんとの楽しい遊び



ひとり遊び



不安・不快をいやす抱っこ

赤ちゃん時代にひとりの人(お母さん、  
あるいはそれに代わる人)と関わることの  
楽しさや喜びを十分に味わった子どもは  
これから出会う人ともうまく関わりを  
もつことができるようになります。  
お母さんとの楽しい関わりは、  
自分の信頼感と人への信頼感を育みます。

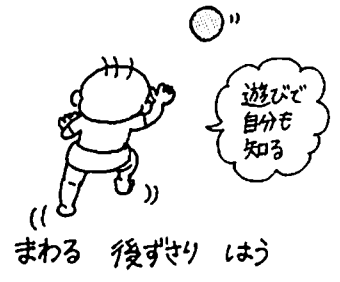
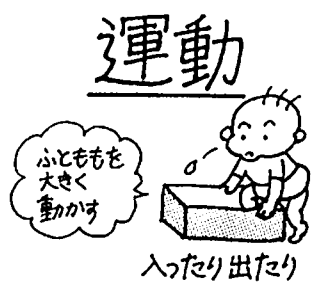
# 遊んで世界を知る

@しん

赤ちゃんの遊びは 学習そのものです。

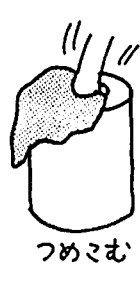
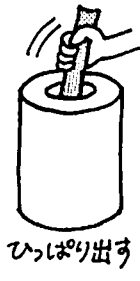
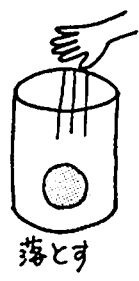
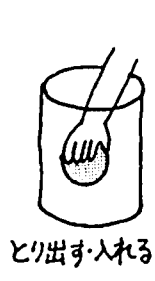
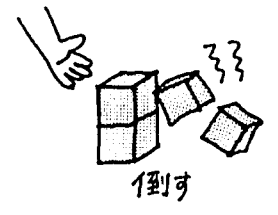
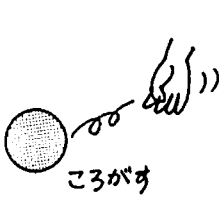
「突き出た大脳」といわれる手と足。そして全身を使って 環境を探索し 環境の性質(形・重さ・動き他...)を知り、環境に合わせた体の動かし方を 学習していきます。赤ちゃんの時期にたっぷり遊んだ子どもは、 少いず心と体に「なめらかさ」と「リズム」が生まれてきます。

## 感覚



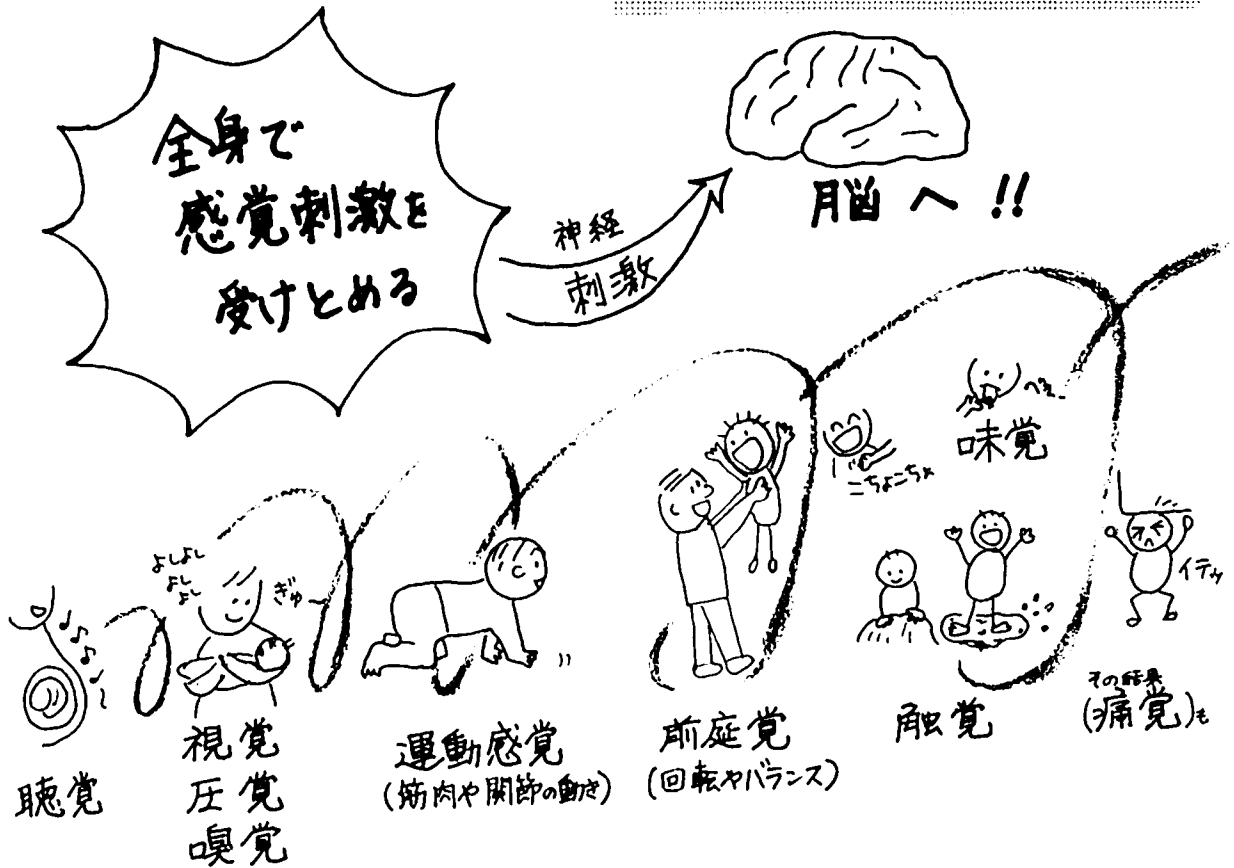
## 操作

？と！がいっぱい



イラスト文字 川辺 由起子

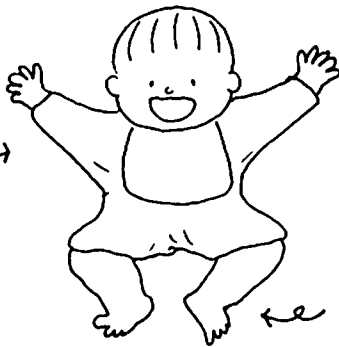
# 感覚は脳の栄養



♪ 動きやすい服にしよう♪

手と足は  
突き出た大脳

3ヶ月頃～  
大人よりも  
1枚薄く  
(遊ぶときはもと  
少なくて大丈夫)

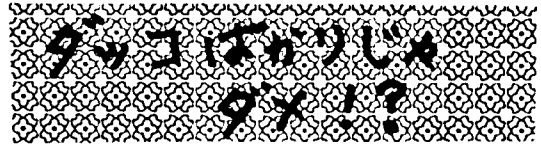


肩・うで・足が  
十分に動く服

赤ちゃんのくつ下は目かくしと同じ  
室内ではハダシで ※中耳炎の子は  
海苔に注意。

★ 体をしっかりと動かして遊ぶ子どもは、情緒も安定。  
年齢が低いほど 体から心へ与える影響は大きいのです。

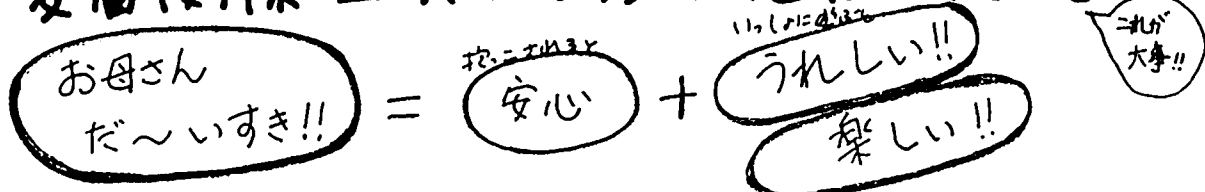
# 赤ちゃんの遊びシリーズ (2)



赤ちゃんのときには、お母さんとしっかりとした関係をつくるのが大切だ、てよく聞きますよね。そのためには抱っこが大切だとも。でも、たとえ一日中抱っしたとしても、抱っだけでは、お母さんとの関係はできないのです。ではどんなことが必要なのでしょう？



## 愛着関係 = スキンシップ + 感情の交流



♡♡ お母さんとの関係がしっかり育つと... ♡♡

お母さんと他人を区別する

人見知り

ひとひとを離れたい...

後追い

これはとってもいいこと。必ず数ヶ月のりえるよ。

◆抱っこは  
子どもが求めているときに...  
...赤ちゃんも意志と感情がある  
子どもの気持ちにならねば

探索したり  
おもちゃをさわったり

体を動かせない

運動不足  
感覚不足  
感情不足  
意志の消滅=...

お母さんとやりとりができない

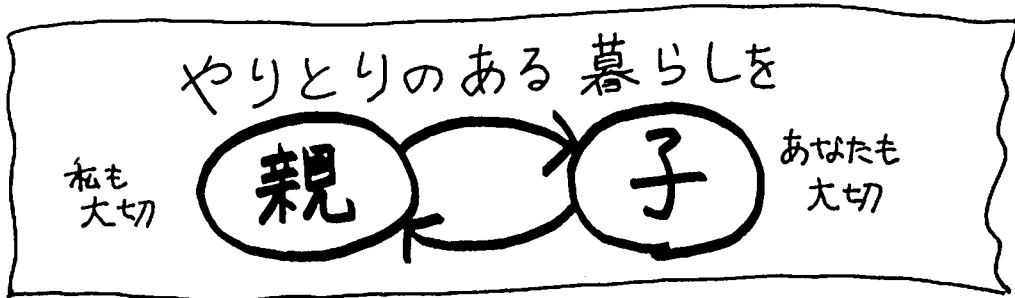
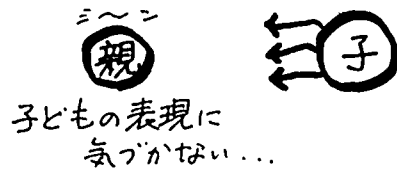
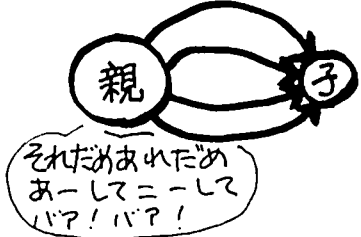
子どものしつけシリーズ(6)

親子のやりとり

赤ちゃんは、意志と感情をもったひとりの人間。でも赤ちゃんの内面世界はまだ混んとして、自己表現もうまくはできません。「親と子のやりとり」は子どもの意識を形づくり、ことばや表情での表現力を育くみます。

働きかけすぎ、あやしすぎ..

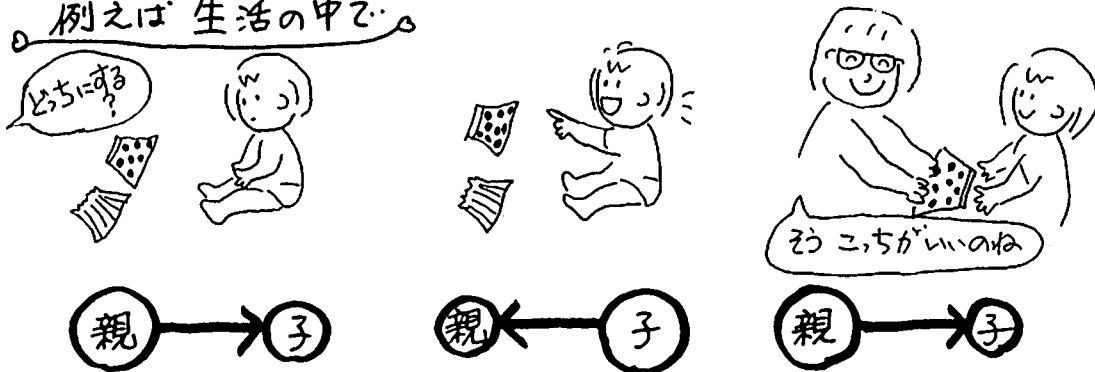
ほったらかしすぎ..



例えば 遊びの中で.. \* その他のやりとり遊びは、今月のサロンの中でご紹介します。



例えば 生活の中で..



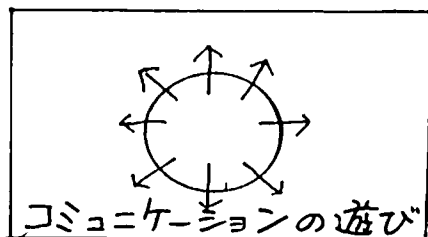
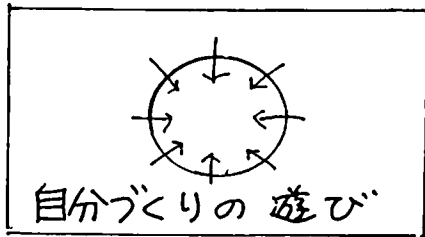


ちょうどいいを探そう

子育てには 矛盾 <sup>むじゅん</sup> がいっぱい。「いっぱい抱っこした方がいい」と聞くけど、  
 反対に「過保護は子どもをダメにする」とも... どちらの関わりがいいんだろうと迷います。  
 人は、もともと自分の思い通りに生きたい、でも人とも仲良くしたいという 矛盾 を  
 抱えた存在です。子どもも同じように自分づくりと、コミュニケーションという  
 矛盾 をせめぎあわせながら、自我を成長させていきます。



遊びにも 二つの方向性があります



物をいじる、  
操作する遊び  
探索など



抱っこ  
話しかける  
うたうたうなど



お話をつくる  
ものをつくる  
など



追いかつこ  
いっしょに  
ままごとなど



絵を描くなど



やりとり遊び  
ひざのせ遊び  
手遊びなど

話しかけられすぎたり、あやされすぎた子どもは、自分づくりの時間が  
持てず、考えることや遊ぶことが苦手になってしまいます。

反対に、ひとり遊びばかりでは、友だちとうまく遊べなかったり、  
コミュニケーションが苦手の子どもになってしまいます。

子育てで ホント 「ちょうどいいのがちょうどいい」(野原)ですね。

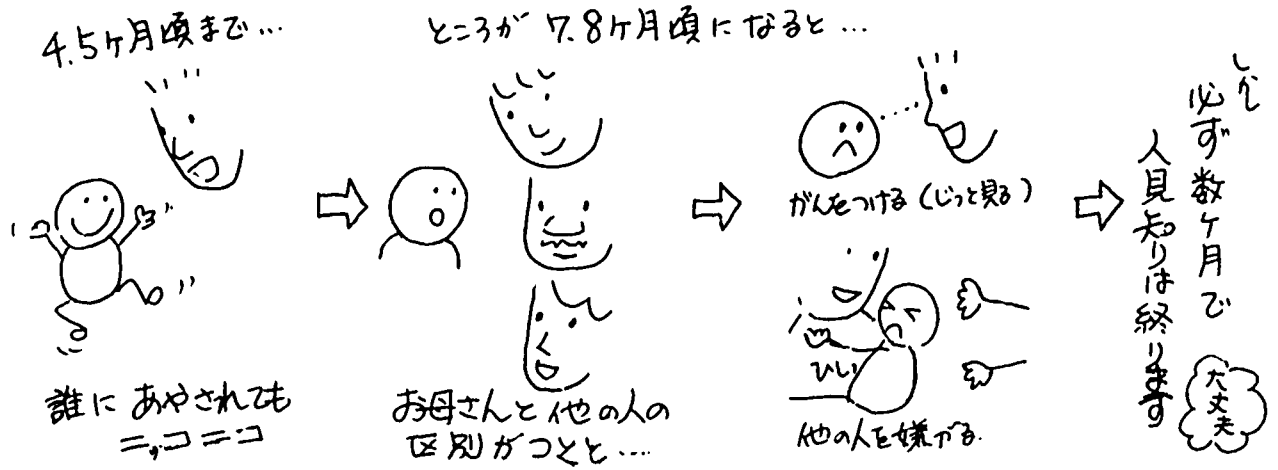


0~3歳のしつけシリーズ

# 人見知りで困っています....

せっかく おじいちゃんや おばあちゃんが遊びに来るのにウワーン<sup>o</sup>  
親せきの人に抱かれて ウワーン<sup>o</sup> あやしてくれるおばちゃんにもウワーン<sup>o</sup>  
お父さんにも? ウワーン<sup>o</sup>... 人見知りが強いとママはとて困りますよね。

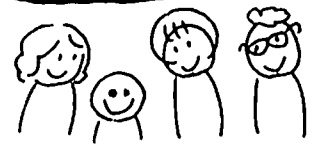
## 人見知り、なぜおきるの?



つまり!  
人見知りが始まった = お母さんとの愛着関係ができあがった = とってもいいことなのですよ!

人見知りがないうちもいます

人見知りがなくとも二人な者があれば大丈夫だよ



おばあちゃんと同居  
保育所に行っている等  
世話をしてくれる人が多い

天使のわ ← 性格の場合



- ① 何かを見つけたらうれしいことがあるとお母さんの顔を見る。
- ② 痛いとき、おかしなとき、お母さんのところへもどってくる
- ③ 離れる(抱けらぬ)こといやがる

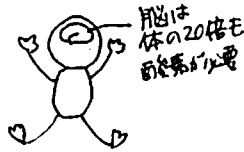


# 動くことは人間になること



赤ちゃんの幼児が

動くことにはこんな意味があります



全身から脳へ  
感覚信号の  
栄養を送りこむ  
(それによって脳のシステムがうごかう)

全身へ  
酸素を  
供給

姿勢、バランス、力の出方は  
身体図式・運動企画を  
獲得

さまざまな  
感覚情報を  
統合



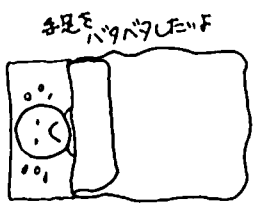
空間と自分の  
体の関係を学習

動くことは脳と全身の発達をうながし...

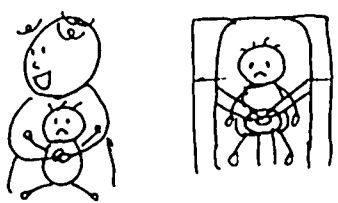
- 感覚機能 (刺激への敏感で不敏感)
- 運動能力 (体の器用で不器用)
- 情緒 (意志や感情の抑制)
- 認知 (知的な学習能力)

にも影響を及ぼすので

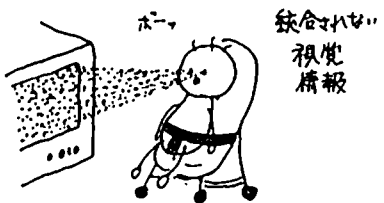
脳が栄養失調になっちゃうよー!



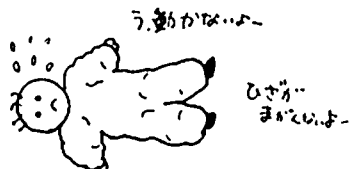
目覚めているのに  
ふとんをかけられている  
赤ちゃん



動きを制限されている  
赤ちゃん



ビデオやテレビを  
つけてもらっている赤ちゃん



長ソデ・長ズボンの下着を  
着せられている厚着の赤ちゃん

運動がなければ神経システムもありませんし、  
運動がなければ行動もありません。  
感覚・運動連関がなければ脳もありません。  
F.J.ヴァレラ (認知科学者「心と生命」より)

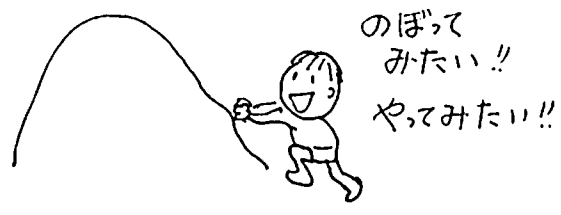
子どもの遊びシリーズ(3)

遊ぶは心の栄養

子どもにとって遊びは食事や睡眠と同じように成長に不可欠なもの。  
 “心の栄養”足りていますか？

子どもたちは遊びで  
 こんな力を  
 身につけています

① 意欲・自発性



③ 自己有能感・達成感  
 できる!! できた!!



② 社会性・人間関係の力



④ 思考力・認識力



⑤ 情緒の安定



その他にも、遊びによって、想像力  
 忍耐力・柔軟性・生活能力・体力  
 運動能力・器用さ・ルールを作ったり守ったりする力など  
 生きるために必要な能力が身につきます。  
 まさに遊びは **生きる力** そのものなのです。

# 2歳までは テレビを見せない方がいい!?

最近、赤ちゃん向け番組の放映や、赤ちゃん向けDVD等の販売により、赤ちゃんにテレビを見せるご家庭が増えました。しかし、その安全性は、科学的に証明されていません。むしろ、人とのコミュニケーション、注意力、認知、言葉、情緒等、発達への悪影響と、過剰な音刺激、光刺激を処理するためのストレス症状などが、専門家から報告されています。皆さんは、どう思われますか?

日立 家庭教育研究所

土谷みち子

## 「長時間視聴の3歳児に 共通してみられる行動」

1. 視線が合わない
2. 表情が乏しい
3. 気持ちに通わない
4. 友だち関係が浅い
5. 人をこれがる
6. 遊びが限られている

.... 他



テレビには  
集中できる  
けど...



他のものには  
集中できない



テレビは  
大好きだけど



人とのコミュニケーションは  
苦手...

茨城県立子ども福祉医療センター小児科医長

家島厚

## 「テレビ・ビデオ育児候群」

テレビ・ビデオでの育児



親と共感しあう  
体験の不足



友だちや他の人とも  
共感できない子ども



様々な問題行動へ

「子どもとメディア」の問題に対する提言 (日本小児科医会: [http://jpa.umin.jp/info\\_2.htm](http://jpa.umin.jp/info_2.htm))

社団法人 日本小児科医会「子どもとメディア」対策委員会

### 具体的提言

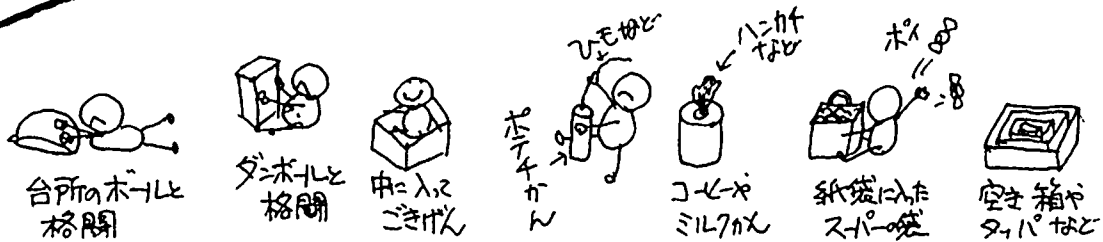
1. 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
2. 授乳中、食事中のテレビ・ビデオの視聴は止めましょう。
3. すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。  
1日2時間までを目安と考えます。テレビゲームは1日30分までを目安と考えます。
4. 子ども部屋にはテレビ、ビデオ、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
5. 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

# テレビを消して何しよう? ～乳児編～

赤ちゃんは本来、テレビを見なくても遊びをくり出す力を持っています。でも小さいうちから見せられると、子どもに本来備わっている考える力働かせる力が育たずに自分で遊べなくなってしまう場合もあります。では、テレビを消して何をすればいいんでしょう。

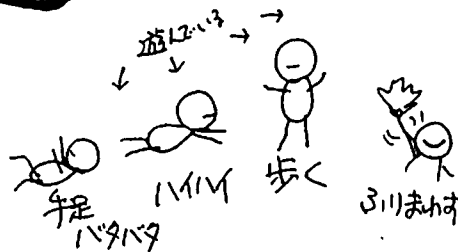
## 手を使えるものを準備

市販のおもちゃは手を使えないのでここにあげることも多い...



## 体を動かすこと自体が遊び

これでは遊べないよ～



体を十分に動かしている子どもは目がキラキラしています

## 遊人をほしがってあたりまえ

♡子どもは、手をかけられ、愛情をかけられて♡人に育つことができます

赤ちゃんがお母さんにまわりつくのは当然のことだってお母さんが大好きだから。赤ちゃんは、お母さんから人の愛し方、人との関わり方を学んでいるのです..。



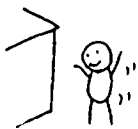
# テレビを消して何しよう ～1.2歳編～

1.2歳の子どもは、本来、自分で遊びをつくり出す力をもっています。でも赤ちゃんのときからテレビを見ている受け身の時間が長いと子ども自身の考える力、働きかける力、創造する力を発揮できず、自分で遊ばなくなっていることがあります。

**本当にこのままでいいですか？**

1.2歳 → 幼稚園 → 小学生 → 大人

テレビがないと遊ばない → 言われないとできない → 考えるのが苦手 やる気がない → ?



お母さんが遊ぶ時から 本当にいいですか？

「自分は何をやっても ダメだと思うこと」  
「よく」ときどきある  
48.4%

「生きているのが イヤになるという感じ」  
「よく」ときどきある  
40.0%  
(福岡県調査 小6)  
引きこもり全国で約80万人

子どもに 幸せをつくりだす力を！！

## 遊びこそ 心と体の栄養

### ① 体を動かすと自体が遊び出す



### ② 手を使う遊びの材料を準備



### ③ 外に出よう

お友だちを家によぼう



1日 2時間は 外で遊ばせよう

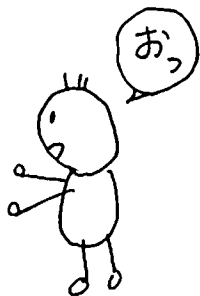
©しーちゃん



☀️ - 0~3歳の  
あそびシリーズ (6)

サロンのスタッフは  
どうしていつも  
おもちゃを片づけるの？

こうなると...



されると...

形が変わった

バラバラになった

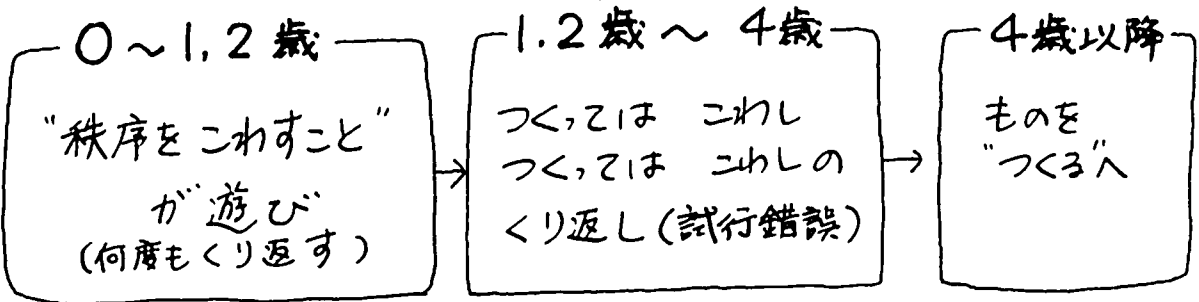
音がした

倒れた

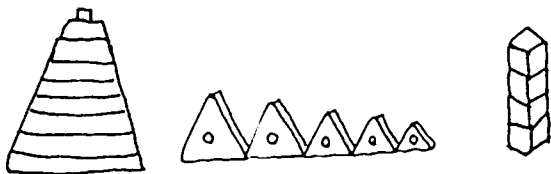
(原因)

(結果)

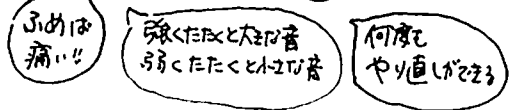
大発見  
因果(科学的思考)と  
学習のイメージ



だからスタッフは、子どもたちが  
~思わず~ さわりたくなるように~  
~思わず~ バラバラにしたくなるように~  
いつも秩序を欠けているのです。



☀️ サロンのおもちゃには、  
一方的に音を出したり、  
勝手に動くおもちゃはありません。  
「子どもが働きかけること」  
よって、形や音が変わる  
コミュニケーションのとおる  
おもちゃ」を選んでいます。



🖍️ ミニ学習会より ~環境と性格~

「ひとはその生き方を、与えられた形や環境に合わせようとする適応力をもっています。ゲームセンターのようなとんがった音の中で育てば、粗野で辛抱のない性格を育み、大自然の風や小鳥の音を聞いて育った子どもは、繊細でやさしい子どもになるといいます。

環境が人を育てる。色や形や材質や音など、視聴覚を中心とした五感が人間を律するのです。豊かさは、インスタントやバーチャルではない本物から育まれます。三つ子の魂百までだからこそ、大切にしなければならぬことがたくさんあることでしょう。」0123子育てセンター 田島一夫

# 外遊びが、こすばらしい

元気でイキイキとした健康な子どもに育てほしい。それは親の願いです。  
そのためには、「早寝・早起き・外遊び」が一番！

## 外遊びをたっぷりしている子は...

### よく眠る子に育ちます

昼間光を浴びると...

↓

夜ぐすり眠るためのメラトニンがよく出ます。

ぐすり

### 運動により脳も育ちます

歩いて走って  
登って降りて  
起きている間中  
動きまわって  
子どもは  
**立派な脳**をつくら  
うと  
しています

じとじといたら  
神経は  
いりません...

### 豊かな感性が育ちます

アリ

あ、

あ、

あ、

あ、

あ、

石ころ

ダンゴ虫

風を気持ちい...と思  
木を見つけたらかけた...  
そんな自然大好きな子に育てたいね

親は  
うらやま

### おまけ

よく寝る母は  
悩み知らず..

外遊びは  
よく寝る母も育ちます...

お父さん。  
よく寝るママは  
昼間子育てをがんばりますよ!

©しーちゃん