

おやこ大学だより

2019年度12号(2020.3.1) Vol.106

ごあいさつ

冬物から軽やかな春物へ洋服が変わっていく今日この頃。暖冬だったとはいえ、3月に入ると太陽の光がキラキラして温かさもグッと違います。みなさん、いかがお過ごしですか？

家族の体調管理に気を使いながらかと思いますが春を楽しみたいですね。

草加市との共催 孫育て講座「今と昔」開催しました



2020年2月15日(土) 本学にて、助産師の金子弘恵先生、管理栄養士の山口千砂都先生をお招きして、祖父母世代の方を対象とした孫育て講座「今と昔」を開催し、最近の子育て事情や今と昔の子育ての違いについてお話いただきました。

母乳とミルクについて、離乳食後の授乳について、断乳卒乳について、赤ちゃんの沐浴後の飲み物やスキンケアについて、日光浴、抱き癖、うつぶせ寝などのお話と、栄養面、離乳食の注意点など分かりやすく教えていただきました。



孫育てにおいて、パパ・ママと上手に関わるヒント

- ・子育ての**主役はパパとママ**。
- ・**祖父母はサポーター**としてパパとママの子育ての方針を聞いてあげる。
- ・パパやママ気持ちを認めてあげながら、**困っていることに協力**する。
- ・**孫を温かく見守り**、親への第一歩を踏み出したパパとママを**細く長くサポート**していけるようにする。

子育てに「今と昔」の違いはあれど、祖父母世代の方たちにサポーターとして見守ってもらえることは、孤立しやすい現代の子育てにとって心強いですよね。

草加市子育て応援情報サイト「ぼっくるん」にも子育ての「今と昔」の違いが掲載されております。是非ご覧ください。 <https://www.soka-bokkurun.com/grandparent/>

正しい手洗い方法を身につけよう

感染の予防には正しい方法で手を洗うことがとても大切です。これは一年を通して普段からできる予防策です。ポイントは、指先や爪の間、指と指の間、親指、手首を忘れずに洗う点です。

今一度、見直してみませんか。

手洗い方法はこちらで見てね。

↳ https://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/dl/link01-01_leaf02.pdf

厚生労働省のHPより(公益社団法人 日本食品衛生協会)



おやこ大学だより編 ペアレント・トレーニング vol.5 「行動のABC」について



「なんでこの子はこんなことするのか？」

おやが思う子どもの困った行動に答えは見つけにくいものです。

ペアレント・トレーニングを学ぶと、**困った行動**には引き起こす**きっかけ**があり、**結果**が生じるのだと知ることができます。これを「行動のABC」(Antecedent Behavior Consequence)と言います。

先行状況 **きっかけ A**

→

困った行動 B

→

結果 C

たとえば、おや子でお昼ごはんを食べにお店に入りました。ちょうど混んでいる時間帯でお料理がくるまで時間がかかりました。子どもが飽きて騒いだので、子どもに注意したら更に泣いて騒いでしまいました。

この様子を「行動のABC」で考えてみましょう。

困った行動の前**きっかけ A**は何かな? : 混んでいる時間帯。お料理が来ない待ち時間もありません。

それにより起きた**困った行動 B**は? : 子どもは飽きて騒いでしまいました。

その**結果 C**何が起きましたか? : 子どもに注意したら更に泣いて騒いでしまいました。

「子どもの困った行動の前には引き金となる先行状況がある」ということを知っておくと、見つけにくい答え探しをせずに、きっかけとなる要因を避ける工夫(混んでいる時間をさける。待ち時間に楽しめるお気に入りの準備しておくなど)ができるかもしれません。我が家ならではの楽しみ方を見つけてくださいね。

今回は「25%でほめる」についてお話ししますね。

次回号をお楽しみに

もう少しで桜の咲く頃になり、卒業や4月からの進級、進学に気持ちが向かっていきますね。子どもの成長は一年ごとに早く、ふと、長い人生の中で子ども時代はたかだか数年、おやがピタリと子どもに寄り添えるのは意外と短いのかも思ったりして。

おや子で素敵な時間をお過ごしください。また次回号でお会いしましょう。

※3月3日(小さい子・大きい子クラス)、3月9日(ベビークラス)のとらいあんぐる(ぶちこりベビー)は中止させていただきます。

専門相談のお知らせ

2020年3月11日(水) 14時半~16時半
井上 建先生 (獨協医科大学埼玉医療センター-子どもこころ診療センター)

2020年3月26日(木) 13時~15時
鮎田 謙一弁護士 (獨協地域と子ども法律事務所)

※すでに定員一杯でキャンセル待ちとなる場合があります。お問い合わせください。

お問い合わせ・投稿はこちらまで
獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター

〒340-0041
埼玉県草加市松原1-1-10
TEL. 048-946-1781
FAX. 048-946-1782
E-Mail: kodomo1c@dokkyo.ac.jp

子どもに関する相談
(無料 月~金 9時~17時)
048-946-1771
※祝祭日はお休み