

# 安全に気をつけて遊べるようになってほしい



## Q 高いところに登りたがる

高いところが好きで家の中では、食卓の上や棚の上に登り、公園ではフェンスや遊具の上に登って得意顔です。高い所から落ちて怪我をするのではないかと心配です。どうしたらよいのでしょうか？

## A 少しずつルールを教えていきましょう

活発なお子さんですね。高いところからの眺めはとても気持ちがよくて、また登りたくなってしまう気持ちも分かりますね。3歳頃になると基礎的な運動能力が育ち、いろいろな方面への興味も広がっていきます。“見てみたい、やってみたい、触ってみたい”など意欲的で好奇心旺盛なお子さんなのでしょう。でも、保護者の方がご心配されているように、元気がよくても注意を聞かず、高い所に登ってしまうような危険な行為をするようでは困ります。少しずつ遊びや生活のルールを知らせ、安全に遊べるようにしていきましょう。

子どもが高いところに登りたがる場合は、“戸外で体を動かす遊びが少なくて気持ちが発散されていない”“友達と一緒に遊んでくれず不満がたまっている”“夢中になって遊びこむ遊びが見つからない”などの理由が考えられます。悪いと分かっているのに、高いところに登るなどの危険な行為をして、人の気を引いて注目を集めるような行動をする場合があります。園の先生にもご相談になり、お子さんの園での友達との関わり方や遊び方が上手くいっているのかなどをお聞きになり、園と家庭と双方でお子さんの気持ちを受け入れながら対応していくとよいと思います。

お子さんの気持ちが満たされていないか、発散されていないか、戸外での遊びを増やしながらか保護者の方が一緒に遊んであげることも大切です。好きな遊びに集中して取り組めるように、おもちゃの種類や出し方、遊び場など環境の見直しも必要になります。ご家庭の中で食卓や棚の上などに登ってしまった時は、まずは何をしようとして登ったのかを尋ねた上で、「食卓は食事をするところ」「棚は花や写真を飾るところ」などと、具体的な場面で分かりやすくルールを知らせ、「高い所から落ちると怪我をしてしまうこともあり心配している」と、保護者の方のご心配を伝えて、お子さんと約束をしていくとよいでしょう。

また、公園など、屋外の高い所に登った場合は、怪我をする確率が室内よりはるかに大きくなりますので、遊ぶ前に、“フェンスの上に登らない”“順番や交替で遊具に乗る”など、簡単な遊びのルールをお子さんに確認しておくのも一つの方法です。しかし、約束が守れず登ってはいけないところに登ってしまうなど危険な行為をして遊んだ場面では、保護者の方はお子さんに“やってはいけないこと”であることを、理由を含めて毅然とした態度ではっきり教えてください。子どもは保護者の方の真剣な態度で「悪いことをして心配をかけてしまった」と、ことの重大さを感じ、「今度は約束を守って気を付けて遊ぼう」などの気持ちが少しずつもてるようになると思います。

このように、子どもは様々な経験を積み重ね、時には危ない場面に遭遇したり、小さな怪我をしたりしながら、危険に対する認識をもち、やってよいこと悪いことなどのルールを知り、自分で自分の身を守る術なども学んでいきます。保護者の方は安全に遊ぶための見守り隊となりながら、お子さんに根気

よく関わり成長を見守っていくことが大切です。そして、お子さんが約束を守って遊べた時にはたくさん褒めて、“約束が守れた”という自信をもたせてあげてくださいね。

保護者の方が根気よく関わってみてください、**“安全に遊ぶ認識がもてない、高いところに登ってしまう、ルールも理解できない”**などご心配が続くような場合は、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭児童相談室（係）などにご相談されることをお勧めします。



### Q 転びやすく、怪我をしやすい

遊んでいる時、段差のないところでもつまずいて転んでく怪我をします。どうしたらよいのでしょうか？

### A 歩く機会を増やしましょう！

お子さんは外で体を動かして遊ぶより室内で静かに遊ぶことが好きで、体を動かす遊びをあまり経験していないのではないのでしょうか？また、ご家庭で車に乗る機会が多く、近い場所にも車で移動し、歩くことをあまりしていないということはありませんか？

およそ4歳を過ぎる頃から、しっかりした足取りで歩いたり走ったりできるようになるとともに、全身のバランスを取る能力が発達してきます。保護者の方がお子さんの**“転びやすく怪我をしやすい”**ことに気付かれた今がチャンスです。お子さんの遊び方や生活の仕方を振り返り、お子さんが楽しみながら体を動かして遊んだり歩く機会を多くしたりして、足腰を丈夫にすると同時に、安全に遊んだり生活したりすることができるように働きかけてみたらいかがでしょうか。

まずは、保護者の方からお子さんに声をかけて体を動かして楽しむ遊びに誘ってみてください。初めは室内で楽しむ遊びから、“おふねはぎっちらこ”（親子で向かい合って足の裏を合わせて座り、両手をつないでひっぱりっこをする）、“ぐるりんぽん”（親子で向かい合って立って子どもの両手を握り、子どもは大人のお腹の前で1回転する）、“かってこ遊び”（親子で向き合い手をつなぎ、大人の足の甲に子どもの足をのせて歩く足のせ遊び）などはいかがでしょう。戸外では、一緒に散歩に出かけて四季の自然を楽しみながら歩いたり、公園で遊具に乗ったり、追いかけごっこをしたりするなど体を動かして遊ぶ楽しい経験をたくさんすることをお勧めします。また、近場の用事や買い物などは歩いて出かけるなど、できるだけ歩く機会を多くするように周囲の大人が意識してお子さんに関わっていくことも大切です。

子どもの中には、周囲の状況をしっかり確認しないで動き出したり、物や人にぶつかって転んだりするなど、怪我をしやすいタイプのお子さんもあります。“慌てず落ち着いて周囲の状況を見てから行動する”などについても、お子さんの理解できる範囲で話をしておくことも必要だと思います。いずれにせよ、ご心配が改善されるには時間がかかるとは思いますが、園の先生にもご相談になり、お子さんの様子を見ながら根気よく働きかけていきましょう。

保護者の方が、お子さんにいろいろ働きかけてみられど状況が変わらずご心配が続くようでしたら、かかりつけの小児科の先生や、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、医療センターなどにご相談してみるとよいと思われます。



## Q 道路にとび出そうとする

公園で遊んでいても、散歩をしていても、急に道路に飛び出そうとすることがあり困ります。どうしたらよいのでしょうか？

## A 危険な場所では手をつないで安全に！

子どもは常に様々なことに興味や関心をもち、急に動き出したり、飛び出したり、走りだしたりするなど、保護者の方がはっとするような危険な行動をしてしまうことはよくあることです。ですから、歩道を歩く時は、お子さんと手をつなぎ危険な道路側は大人が歩くなどの配慮が必要です。特に、小さい年齢のお子さんは、まだ危険や安全への認識、判断ができませんので、子どもが遊んでいる時は、大人は常に子どもから目を離さず安全に遊べるように見守っていくことがとても大切です。

子どもは、友達との遊びが楽しくなる3歳頃からは、いろいろな体験をする中で、遊びや生活の中には様々なルールや約束事があることを知ります。ルールを守って遊ぶこと、玩具や遊具も順番や交替で使うことなどを学び、社会性を身に付けていきます。また、実際の具体的な場面で、大人と一緒に道を歩いたり、横断歩道を渡ったりするなどの経験を積みながら、“右側を歩く、信号が青になったら横断歩道を渡る、左右の安全を確認する、飛び出しをしない”など、様々なルールを知り、安全に対する認識や身を守る方法を学んでいきます。保護者の方は、お子さんが小さい頃から分かる範囲で、“安全に遊ぶための約束”をしっかりと教えてあげる必要があります。

そして、就学が近づく頃には、決まりを守ることの大切さを理解し、自己コントロールする力、自分で身を守る安全への認識や判断力を身に付けていきます。更に、経験を一つ一つ積み重ねながら学び、危険を予見し、回避する力もついていきます。見守る大人は根気よく対応し、お子さんが交通ルールを理解し自分で自分の身を守り安全に遊ぶ力が身に付くように関わっていきましょう。

成長とともに、“道路に飛び出そうとする”ような衝動的な行為も少なくなってくるものと思われませんが、いろいろ関わってみたけれど、ルールが理解できない、安全への認識がもてない、衝動的な危険な行動が多く目が離せないなどご心配が続く場合は、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭相談室（係）などにご相談してみることをお勧めします。



## Q 友達を押しつける

友達と遊んでいても、友達を押しつけて前に行こうとしたり、おもちゃを取ろうとしたりして困ります。どうしたらよいのでしょうか。

## A 子どもは遊びの中で育っていきます

幼児期には、歩く、走る、跳ぶなどの基本的な運動機能が育ち、自分の体を思うように動かすことができる身体的な発達とともに、周囲の人や物、出来事への興味や関心が大きくなり、“見てみたい、やってみみたい、触ってみたい”などの意欲が高まってきます。お子さんが“友達を押しつける、おもちゃをとる”行為は、そんな意欲の表れだとも思います。しかし、まだ言葉で上手く自分の気持ちを表現できず、友達との関わり方や遊び方のルールも分からないので、自分の要求をいきなり行動で表してしまうので

すね。これは子どもの当たり前姿ですから、むしろ意欲にあふれた子どもらしい子どもなのだと思います。

3歳ぐらいの年齢では、このような行為は遊びの中ではよく見られますが、友達と遊ぶ中で、社会性や協調性なども少しずつ育っていきますので、あまりご心配はないと思われます。友達と関わるための具体的な「入れて」「貸して」「ありがとう」などの言葉を知らせたり、順番や交替などのルールを教えたりしていくなど、ご家庭でできる関わりから始めてみてください。

まずは、“友達を押しつける”“おもちゃをとる”などの行為をした時には、頭ごなしに「だめ」と、叱るだけではなく、「〇〇したかったんだね」「〇〇ほしかったんだね」などと、お子さんの気持ちを代弁し受け入れながら、「入れて」って言おうね」「〇〇かして」って言おうね」「順番だよ、〇くんの次だよ」など、場面に応じて使う言葉や遊びのルールなどを教えていくとよいでしょう。場合によっては、相手の気持ちを思いやり、友達に「ごめんね」とあやまることを教えていくことも必要です。まだ「ごめんね」ができない場合は、保護者の方が相手のお子さんにあやまる姿を見せることも、友達関係を学んでいる最中のお子さんにとってはとても大切なことです。

同じように育てていても、一人一人の子どもの生まれもった性格によって現れ方は違います。分かるまでに時間がかかることもあります。焦らずじっくりと、繰り返し伝えていきましょう。

これから、お子さんは友達との関わりの中で、“押しつける”“おもちゃをとる”などの行為をすることでけんかになることもあり、思いどおりにならなかったり、自分の行動の全てが相手に受け入れられなかったりするなど様々な経験をしていきます。その経験の中で、“生活や遊びにはルールがあること”“順番や交替で遊ぶこと”“相手の気持ちを理解すること”などを学んでいきます。4、5歳になり、自分の思いを言葉で表現し、話の理解ができるようになると、友達を押しつけたり、おもちゃをとったりするなどの行為が“なぜいけないのか”“どうしたらいいのか”など、順序立てて考えることができるようになりますので、ヒントを示しながら一緒に考えてあげるとよいでしょう。

お子さんが、“友達を押しつける”ような行為をして、相手に怪我をさせたり、仲間はずれになっていたりするのでは困りますので、保護者の方は一人で悩まず園の先生にもご相談になり、望ましい姿に成長されるように家庭と園と一緒に対応を考えていくことをお勧めします。しかし、状況が変わらず、ご心配が続くようでしたら、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭相談室（係）などにご相談してみるのもよいと思われます。



### Q 用具を安全に使ってほしい

大人の真似をして、はさみやカッター、めうち、かなづちなどの道具を使い、ものを作ることが好きですが、道具の使い方が下手で、危なくて使わせたくありません。どうしたらよいでしょうか。

### A 経験を積み重ねて安全な使い方を学びます

お子さんは、きっと大人の使っている道具や作っている物や姿に「何を作っているのかな」などと興味をもち、何でも真似して「やってみたい」「使ってみよう」「作ってみたい」などの意欲が大きく膨らんでいるのでしょう。ご家庭の中に道具や材料があり、自由に物を作る環境があることは素晴らしいことですし、道具を使い何かを作り出す遊びをすることで、お子さんの空想力や創造力、豊かな人間性が育まれていくものと思われます。お子さんが興味をもったことを“危ないから”と止めるのではなく、や

りたい気持ちを認め、意欲や興味が継続できる方向で考えていったらいかがでしょうか？

まずは、道具を安全に使うための約束を決めましょう。はさみやカッター、のこぎりなどの刃のあるもの、めうちなどの先のとがったものは怪我をしやすく危険ですから、必ず、「大人と一緒に決められた場所で使う」「刃や尖った先端を相手に向けない、持ち歩かない」「使った道具は元の場所に片付ける」などを、「なぜこうすると安全なのか」などの理由も含めて話をし、お子さんと一緒に約束を決め、道具を正しく安全に使う方法を教えてください。

また、安全に遊ぶためには、子どもの小さな手に合った大きさの道具を選ぶことや遊ぶ広さや場所を確保すること、そして、道具を片付ける棚や箱などを決めておくことなども大切です。更に、道具を使って少し手指を切ったり、傷つけたりすることも考えられますので、救急用具などの用意もおきましょう。万が一、怪我をしてしまった時には、「なぜ怪我をしてしまったのか」「どうすればよかったのか」などをお子さんに考えさせる時間をつくることも必要なことですね。このように保護者の方は、ご家庭でできる範囲で、“どうすれば道具を安全に使い遊べるか”を一緒に考えながら、安全に遊ぶための環境づくりをしていくことをお勧めします。

子どもは大人の真似をしながら、一生懸命に自分の興味のあることに挑戦し学んでいます。最初は道具の使い方が上手ではなくて、小さな怪我をするなどの失敗もあることと思いますが、大人ができる配慮をしてあげることで、少しずつ失敗したり成功したりする経験を積み重ね、やがては道具を安全に使う方法を身に付けていくことと思います。お子さんの興味や意欲を大切に、作った作品はどんなものでも認め、大事に扱ったり飾ってあげたりすることで、意欲や創造力はますます高まっていくでしょう。是非、保護者の方も一緒に製作や造形を楽しみ、喜びを共有しながら子育てを楽しんでいけるとよいと思います。



### Q 友達にキックやパンチをする

友達と遊ぶことは好きですが、思い通りにならなかったり気に入らなかったりすると、すぐにキックやパンチをしてしまうので、友達に怪我をさせるのではないかと心配です。

### A お子さんの良い面を見つけて諦めず関わって

ご心配ですね。3歳ぐらいではまだ自己中心的な行動が多く、言葉で自分の思いを伝えられない子どももいて、相手にキックやパンチをしてしまうような行動はよく見られることですが、友達に怪我をさせてしまうと困りますので、できる対応を考えていきましょう。

まずは、どんなきっかけでパンチが出てしまうのか、よくお子さんの様子を見てください。どんな小さな子どもの行動にも必ず理由があります。困った行動ばかりが目に入ってしまうかもしれませんが、まずはお子さんの叩きたくなる理由を考えてみましょう。

言葉で自分の思いを伝えられるようになると、主張のぶつかり合いやけんかが起きても、子ども同士で解決しようとする姿が見られるようになりますが、中には言葉で自分の気持ちを表現するのが苦手な子もいますので、その場合は、お子さんの気持ちを代弁してあげながら、「○○したかったんだね」「うまく言えなかったんだね」「言葉で説明するとよかったね」などと、自分の行為を振り返り考えるヒントを示し、「〇くんも痛くて嫌だっただろうね」など、相手の気持ちに気づき、思いやる気持ちをもてるような言葉かけなどをしてあげるとよいでしょう。

また、不満がたまっていたり、寂しい気持ちが強かったりすると、「お母さん、こっちを見て」と、乱暴な行動が見られる場合もありますので、ご家庭では、お子さんに目や心に向けて気持ちを受け入れながら、話を聴いたり、スキンシップを取ったりしながら一緒に遊んであげることが大切です。元気がよすぎてエネルギーが有り余っているような子どもの中には、遊び足りなくて乱暴な行動が見られることがありますので、戸外で体を使った活動的な遊びを思い切り満足するまで楽しませるなど、遊び方や活動のバランスを考えていくことも必要です。特に、雨の日などは、室内での活動が多くなり、気持ちが発散できず、けんかやトラブルなども起きやすくなりますので、遊ぶ時間や場所の広さなども配慮していくとよいでしょう。

お子さんの乱暴な行為で相手に怪我をさせた場合は、保護者の方は毅然とした態度で、「キックやパンチはしてはいけない」「友達を傷つけるような行為はしない」などをしっかり伝え約束し、一緒に相手に謝罪しなければいけません。自分の衝動的、暴力的な行為を抑え我慢し、気持ちをコントロールして相手と折り合いをつけていくことはとても大変なことです。すぐには成長が見られないかもしれませんが、焦らないようにしましょう。



### Q 廊下や階段を走りまわる

家の中で落ち着いて遊ばず廊下や階段を走り回ります。園でも室内でも走り回り友達とぶつかったり、階段を踏み外したり危険な場面が多いようです。怪我をするのではないかと心配です。

### A 走り回る原因を探りながら対応を

廊下や階段を走り回って遊ぶ子どもは、“元気がよすぎてエネルギーが余っている”“好きな遊びを見つけられない”“遊びや生活のルールが分からない”などが考えられますが、走り回る行為を叱るより、“走り回る”その原因を探り対応していかれるのがよいと思います。

元気がよすぎる場合、一日の生活の中で、気持ちを発散させるような活動的な戸外遊びをしているか、室内でのゲームやテレビなどで一日中家の中に閉じこもっていることはないかなど、遊び方や活動量、遊ぶ時間や場所の広さなど遊び環境の見直しなどが必要になります。特に、雨の日などは、広い場所で気持ちを発散させる遊びができにくいので、室内や狭い場所での遊び方や楽しみ方を工夫してみるとよいと思います。例えば、親子で“くすぐりじゃれっこ遊び”などの触れ合い遊び、わらべうた遊び、腕(足)相撲、または、新聞紙を丸めたりちぎったりして楽しむなど、室内でも体を使い気分を発散させる遊びはたくさんありますし、近隣の体育館やスポーツセンターなどに行って、運動遊びをして体を使う遊びを楽しむこともできますね。

このような活動的な子どもの中には、じっくり落ち着いて話を聞いたり、遊んだりすることが苦手な子もいますので、雨の日に限らず、お子さんを膝に抱きながら絵本の読み聞かせをしたり、トランプや絵合わせカードやオセロなどのゲームを親子で楽しんだりしながら、落ち着いてじっくり遊ぶ時間をつくり、その経験を積み重ねていくこともよいのではないかと思います。雨の日は親子で触れ合って遊ぶことができるチャンスと捉えて、室内での遊びを楽しんでみてください。

また、好きな遊びを見つけられない場合は、遊びを見つけようと走り回ってしまうことがありますので、遊びの様子をよく見て、“何をして遊ぶのが好きなのか”“どんなことに興味があるのか”を知り、おもちゃや環境の見直しをしながら、お子さんの興味のある遊びを一緒に探すとよいでしょう。おもちゃ

だけでなく、物を作ることや絵を描くこと、昆虫や乗り物などの図鑑や絵本を見ることなどに興味をもち、遊びが広がっていく場合もあります。やりたい気持ちを大事にして、夢中になりじっくり取り組むことができる遊びを一緒に見つけてみてはいかがでしょうか。

更に、遊びや生活のルールが分からない場合は、“室内や廊下を走らない”“階段はゆっくり降りる”など具体的な場面で、「なぜ走ると危ないのか」などの理由を、分かりやすく端的に話をしてあげることが必要です。ただし、あまりに危険な場面では、話をするよりすぐに制止や禁止をしなければならない場合もありますから、保護者の方は状況を見極めて適切な言葉かけをしなければなりませんね。ただ、気になる行動に対して、いつもがみがみ叱ってばかりいると、お子さんもたまりませんので気をつけましょう。

子どもは実際に廊下や階段を走って、何度も何度も転んだりぶつかったりして小さな怪我をする中で、「廊下で走るとすべって危ない」「階段で走ると落ちそうになって怖い」など、危ない、怖い、痛いなど、様々な経験を体験的に積み重ね、身をもって学んでいきます。そして、徐々に「走らないで、怪我をしないように遊ぼう」と感じ、危険に対する認識をもち、ルールを守って遊べるようになっていきます。また、少しずつですが、危険を回避する方法や危険に対しての対処の仕方を学び身に付けていきます。子どもの学びは緩やかで、失敗を繰り返しながら一步一步身に付けていきますので、保護者の方は焦らず成長を見守っていく姿勢をもつことが何より大切だと思います。

最後に、園の中で、友達関係が上手くできず、仲間に入れなくなって一人で走り回っている場合もあります。園の先生にもご相談になり、好きな遊びを見つけ、友達と一緒に遊べるように援助やご指導をしていただくとよいと思います。保護者の方が、いろいろな方法で、お子さんに関わってみてください。状況が変わらず、ご心配が続く場合は、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭相談室（係）などにご相談してみてください。



### Q 自転車を乗り回す

自転車に乗れるようになったらうれしくて、一人で道路に出て行ってしまいます。交通事故になるのではないかと心配です。どうしたらよいでしょうか。

### A 注意！注意！子ども用自転車！

お子さんは自転車に乗れるようになってうれしくて仕方がないのですね。しかし、補助輪があってもなくても、子どもが一人で道路で自転車に乗ることは大変に危険です。お子さんの自転車に乗れるようになってうれしい気持ちを認めながらも、交通事故になったり怪我をしたりしてからでは遅いので、安全に遊ぶための交通ルールや約束を保護者の方がしっかり教える必要がありますね。

子ども用の自転車は公園や広場などの広い場所で乗ることが原則です。一般道の自転車専用レーンでは、保護者の方と一緒にでも幼児が子ども用の自転車で走るのは大変に危険ですので、できるだけ避けましょう。また、公園などの目的地に行くまでの歩道でも自転車に乗ることは禁止されていますので、大人が付き添い、目的地まで自転車を引いて行くようにしましょう。

公園などで自転車に乗る場合も、子どもは運転技術が未熟で、むやみに走り回り、遊んでいる他の子どもにぶつかってしまったり、急に出入り口から飛び出してしまうこともありますから、大人の方は必ず付き添って見守ってください。できれば、遊具や砂場遊び、ボール遊びなどを行っている

子どもから少し離れた広い場所で遊ぶ方が、ぶつかる心配も少なく、安心して遊べると思います。

また、夕暮れ時は周囲が見えにくくなりますので、乗る時間帯も考えて遊ぶようにし、その理由も話しておきましょう。そして、子ども用の自転車は、鍵をかける、シートをかける、物置にしまうなど、お子さんが保護者の方の目の届かない時間や場所で、勝手に乗らないように管理しておくことは、お子さんの身を守る上でとても重要なことですのでご注意ください。

周囲の大人は、子ども用の自転車に安全に乗るための配慮や指導、見守りをしていけないと大事故につながってしまうという認識をもち、道路交通法や地域の園や学校でのルールがあることをお子さんにしっかり伝えてください。怪我をしてもさせても困ります。自転車に乗れるようになった喜びややりたい気持ちは受け止めながらも、交通ルールを守って安全に遊ぶ大切さと保護者の方が見守る安全な場所で遊ぶことをお子さんと約束することをお勧めします。また、子どもは大人の姿をよく見ているので、保護者自身も安全を確認し、交通ルールを守る姿勢をおもちください。



### Q ものを振り回したり、おもちゃを投げたりする

遊んでいる時、自分の思い通りにならないと、おもちゃを投げたり、持っている物を振り回したりして困っています。どうしたらよいでしょう。

### A 自分の感情をコントロールする力を

お子さんは自分の思い通りにならないと、かっとなっておもちゃを投げたり、持っている物を振り回したりしてしまうのですね。自分の思いを上手く相手に伝えることができなかつたり、自分の思いと違う方向に物事が進んでしまったりすると、周りの状況も考えられなくなってしまうのでしょうか。お子さんの行為は危険な場面もあり、保護者の方はすぐに制止しなければならないことでもありご心配なのでしょうね。しかし、子どもさん自身もどうしたらよいのかわからず、かんしゃくを起してしまった自分に腹を立てて困っているのかもしれない。園の先生にもご相談になり、園と家庭の双方で対応を考えていかれるとよいと思います。

年齢によっても対応が違いますが、お子さんは言葉で自分の思いを表現することができますか？ 3歳ぐらいの子どもですと、まだ自分の思いを十分に表現できず、すぐに手や足が出てしまうことがあります。その場合は、「〇〇したかったんだね」「〇〇がほしかったんだね」など、お子さんの気持ちを代弁しながら、場面に応じて「貸して」「入れて」「ごめんね」などの相手とコミュニケーションをとるための具体的な言葉や、順番や交替などの遊ぶ時の約束を教えてあげるとよいでしょう。また、自分の思い通りにならないからといって、“物を投げたり、振り回したりする危険な行為はやってはいけない”“自分の気持ちを言葉で伝える”などについて、理解できる範囲で伝えていきましょう。ただし、お子さんに話をする場合は、あまり長引いてしまうと、何を叱られているのか分からなくなってしまいますので、端的な話の仕方を心掛けてください。

一方、言葉で自分の気持ちを言える場合は、保護者の方はお子さんの言い分や気持ちを十分に聴いて対応しながら、自分のやった行為が“なぜ危険なのか”“友達はどう思っているのか”などに気付かせ、自分の行為を振り返る時間をもたせていくことも大切です。子どもは友達との遊びや生活の中で、泣いたり笑ったりけんかをしたりなど様々な経験をする中で、社会性や協調性、自己コントロールする力などを身に付けていきます。自分の思い通りにならないこともあることや相手の思い、痛みなども少しずつ

理解できるようになり、安全面に対しての認識やルールなども理解できるようになります。お子さん自身が、かっとなって危険な行為することを自覚し直していけるように、保護者の方は適切なアドバイスをしながら見守っていくようにするとよいと思います。そして、少しでも成長が見られた時は、たくさん褒めて自信をもたせてください。

また、気持ちが満たされず、寂しいなどの不安からイライラして、危険な行為をしてしまう場合もあります。生活リズムの見直しや保護者の方の関わり方なども振り返ってみることも必要かもしれませんね。お子さんが願う姿に成長することは時間がかかると思われますが、焦らず根気よく関わっていきましょう。いろいろ関わってみたけれど、状況が変わらずご心配が続くような場合は、近隣の子育て支援センターや保健福祉センター、市町の家庭児童相談室（係）などにご相談ください。



Q

### 靴のかかとを踏んだまま遊ぶ

靴や上靴のかかとを踏んで遊んでいたり、ズボンや上着の着方もだらしなかったりして困っています。どうしたらよいでしょうか？

A

### お子さんのよい面を褒めることから

お子さんは、身の回りのことは自分でだいたいできる年齢でしょうか？3歳くらいですと、自分でやらせるよりも大人がきちんとボタンをはめてやる姿を見せることが大事な時期もあります。それとも、お子さんは面倒くさがりやな面があり、靴や衣服などの身なりがだらしなくなってしまうのでしょうか？もしかしたら、できるけれど大人に手をかけて欲しくてそうするのもかもしれません。あるいは、自分がやらなくても保護者の方が見かねてやってくれる場面も多く、やらなくても済んでしまうのかもしれませんが、やればできるのですが、遊びに行きたくて気がせいしまい、だらしない着方になっていることもあるでしょう。このように、大人にとってだらしなく着ているように見える背景には様々な理由があります。まずはどうしてそうなっているのか考えてみたらいかがでしょうか。

その上で、気を付けようとする姿がうかがえたら、「歯磨きができたね」「片付けができたね」「洋服が一人で着られたね」など小さなことでもよいので、お子さんのよい面を認め褒めてください。子どもは保護者の方に認められたことで「また褒められたい」「またやってみよう」とする気持ちが生まれてきます。そして、自分でやることで、「自分でできた！」という自信も生まれてきます。このような経験を積み重ね、自分でやろうとする意欲が見られた時がチャンスです。保護者の方が願っていることをお子さんに伝えてください。“靴を踏んでいると、転びやすく危険”“長袖の袖から手が出ていないと、転んだ時に怪我をしやすい”など、安全に遊ぶためにも靴をしっかり履き、身なりをきちんと整えることの大切さについて話をしていくとよいと思います。その際、5歳ぐらいになると物事を対比する能力が育ち、周囲からの目を気にしたり、大きい組の誇りなどの気持ちももてるようになってきたりしますので、「靴をちゃんと履くと速く走れてかっこいいよ」とか「洋服もきちんとしているとお兄さんみたい」など、お子さんの気持ちをくすぐるような言葉かけをしていくと、やる気も大きくなると思います。

最初は、靴を履いたり洋服を整えたりすることが上手くできないかもしれませんが、お子さんのやる気を認め、時間がかかっても一人でできるまで待ち、見守る姿勢をもつことや、できない時は少し手助けしてきちんと身なりを整える気持ちよさを知らせていくことも大切です。靴選びの時は、お子さんと一緒に履きやすく、安全性の高いものを選ぶことで、自分の靴への愛着が湧き、かかとを踏まずに正し

く履く習慣も身に付いていくものと思われます。生活習慣は、身の回りをきちんとして生活する心地よさを経験し繰り返すことで、少しずつ上手になり身に付いていきます。時間がかかることですが、お子さんのよい面を認め伸ばしながら、やる気を引き出し、根気よく関わっていかれたらいかがでしょうか。