

子育てQ&A「4月20日（金）2歳児学級 開講式」

【子育てQ&A】

Q：弟に手が出る かみつき等(2歳2ヶ月)

A：2歳2ヶ月だとまだまだ甘えたい盛りで自分を見てほしいという気持ちからの行動かもしれません。どうしても下の子の方に手がかかってしまうと思いますが、このような時は上の子中心に抱っこしたり、絵本をよんだり遊んだりする時間をいつもより多く作ってみてはどうでしょうか。また、下の子のお世話を一緒に参加させてあげるようにするとおにいちゃん、おねえちゃんぶってお世話をし、可愛がってくれるようになると思います。

Q：ご飯を全部、お茶や汁物でビシヤビシヤにする(2歳7ヶ月)

A：食事の悩みの一つがこの「遊び食べ」ですね。食べることに飽きてしまい食べ物がおもちゃになってしまっているのではないのでしょうか。ママとしては準備したご飯をしっかり食べてほしいですね。例えば、ご飯の前におやつを食べていてあまりお腹が空いていない。家の中で過ごすことが多くあまり体を動かしていない。食事の時間にテレビがついていて食事に集中できない。など思い当たることはないのでしょうか。環境を見直すのも一つの方法です。遊び食べを注意し過ぎるとせっかくの楽しい食事の時間も苦痛になってしまいます。「それは〇〇だよ」「お口にあ〜んするものだよ」などと声をかけそれでもダメな時は食事を切り上げましょう。その時に欲しがる場合は「じゃあ、しっかり食べようね」と根気よく声をかけてみましょう。また、お茶は食事の最初にお口をうるおす程度にして食事中は控え一端片付けて最後にまたお口をきれいにするために飲ませてみましょう。

Q：片付けするように言うと泣き叫ぶ(2歳7ヶ月)

Q：気に入らない事があるとすぐたたく(2歳9ヶ月)

Q：イヤイヤ最中で歯磨きをしてくれない(2歳5ヶ月)

A：3歳に向けて自我が芽生え、自己主張をするようになってきていますね。順調に成長している証拠です。「お片づけのあとに〇〇しようね」「あと1回〇〇したらおしまいね」など見通しを伝えてみてはどうでしょうか。親子でどちらがお片づけを早くできるか競争してみるのもおすすめです。子どもがたたいてしまう時は、短い言葉ではっきりと「痛いよ」「やめようね」とその場で伝えるようにしましょう。歯磨きについては嫌がるかもしれませんが、虫歯になっては大変です。歯ブラシや歯磨き粉選びを工夫するのも方法です。磨く時間も寝る前では眠たくて機嫌が悪くなっていたりしませんか。お風呂で磨くなど環境を変えてみてはどうでしょう。歌を歌いながら歯磨きしたり、口の中を手鏡などで見せたりしながら歯磨きをするのもおすすめです。また遊びの途中などで歯みがきに誘うと嫌がることがあるので、遊びの区切りがついてから誘うようにしましょう。イヤイヤ期はできた時、上手くいった時はとにかくたくさん褒めてあげましょう。

Q：人の物をすぐ取る(2歳6ヶ月)

A：友だちと遊びたいという思いが芽生えてきているけれど、まだ上手に遊ぶには難しい年齢だと思います。押したり引っ張ったり、取ったり取られたりといろいろトラブルも増えてきますが、友だちと関わりたい気持ちを大切に、上手に遊ぶように親がルールを教えながら一緒に遊ぶと良いと思います。お友だちのおもちゃを取ろうとした時は、「貸してって言うんだよ」など場面に応じた言葉を繰り返しかけていきましょう。関わりの中で危険だと思われる行動についてはしっかり子どもの目を見て繰り返し話を聞いて聞かせることも大切です。最初から上手にできる子はいません。同じことを繰り返すかもしれませんが気長に伝えていきましょう。

Q：昼寝の目安が分からない。寝すぎると夜寝ないし、寝ないと夜グズグズする(2歳10ヶ月)

A：3歳になってくるとお昼寝の時間は1時間程度が理想だと思います。中には昼寝を必要としなくなる子どもが増えてきます。午前中に体をたくさん動かし、お昼ご飯をしっかり食べ、その後お昼寝の時間が必要であれば1時間程度お昼寝をするというような生活リズムを作ってみてはどうでしょうか。お昼寝は15時までにするようにしましょう。