



もんもんちゃん家の おはなし

2018/04/25

もんもん保育園 高野 洋奈

4月も後半になりました。新緑の若葉に心が弾む思いです。日中暑い日も増え、半袖で登園する子どもの姿もみるようになりました。

さて、日頃、働きながら子育てや家事をする大変さ、もっと子どもと向き合いたいのにできない苛立ちを感じていませんか。その一方で子どもの笑顔や寝顔で癒され、時には大笑いをして一緒に過ごすことの楽しさを感じているのではないのでしょうか。子どもの成長は著しくて、「いま」という瞬間はいましかありませんよね。

そうは言っても……。と思うことも沢山あると思います。これは昨年度のアンケートの結果より、「もっと保育園から子育てのヒントが欲しい!」といった意見がありました。

そこで、保育園から子育ての情報提供をしていこうと思います。もんもん保育園でやっていることですが、参考にして頂けたら幸いです。

子育て中は悩むことは多くあると思います。少しでもこれを読んでいただき、肩の荷を下ろして、楽しく子どもと向き合える時間が作れるようになりましたら、とても嬉しいです。

今回のテーマ 「抱っこ」



子どものして欲しいタイミングで抱っこしていますか？

タイミングが合うととても効果的な愛情表現になりますが、タイミングを外してしまっているととても勿体ないです。

0歳児の時は抱っこをする機会がとても多いですが、成長と共に格段に減少します。

今回はそんな2歳ごろからの抱っこのポイントをお伝えします。

【抱っこの効果的なタイミング】

こどもの「だっこして～」と言う時に限って今は忙しくて手が離せない。抱っこしてあげたくても今できない…。

そんな時は「今は忙しくてゆっくりぎゅ～ができないから、10個（10秒）だけね。」と言って10秒間は全てのやっていることを止め両手で思いっきりぎゅ～っと抱きしめてみてください。そして更に2倍の効果を生むポイントとして耳元で「大好きだよ、ママ or パパのだいすきな〇〇ちゃん。じゅーう、きゅーう、はーち、…おーまけーのおまーけの汽車ぽっぽ、ぽーっとなったら、はい!おしまい!」と伝え背中をポン!と叩いてみてください。ポイント**はぎゅ～っとしっかり抱きしめること（少しきついと思うくらいでも大丈夫です）と、魔法の愛の言葉を使うことにあります。**

それでもぐずる場合は言い聞かせです。「これが終わったら今度はいっぱい抱っこできるからね。」などの声をかけてあげてください。そして、**必ず！！約束を守り**、ゆっくり膝の上に乗せ抱っこができる環境を作ってあげてください。

抱っこは**ながら抱っこ**では全く愛情が届きません。ダラダラ抱っこではなく、短くても濃厚な抱っこの方が愛情はしっかりと伝わります。テレビはついていませんか？スマートフォンや携帯電話を見ながらではありませんか？人と話しながらではありませんか。ながらの抱っこではなく、ほんの少しの時をこどもとしっかり向き合える環境を作ることが大切です。

【おすすめの抱っこの方法】

ママ or パパが子どもと向き合う時間を作る

- ① 子どもの胸と大人の胸が向き合うように大人の膝の上にのせる
- ② 両手をいっぱい広げこどもの背中全体を包み込むそして、大人の腕が少し痛くなる位の力を入れてぎゅーっと抱く
- ③ 魔法の愛の言葉を話す

この時力はしっかりとぎゅーしてください。ソフトに手を後ろに回しているだけだと気持ちの良いソファーに過ぎませんので愛情が伝わりにくいです。

そして子どもが満足すると、「もういい！」と自分で膝から降りていきます。

毎日していると、その時によって抱っこの長さが変わるのを感じると思います。

長いと「今日はいっぱい頑張ったんだな〜」と感じるでしょう。

短いと「普段の愛情がいっぱいなのかな」と思って良いと思います。

時にはママやパパから「充電のぎゅーして」と言ってパパやママが子どもから抱っこをしてもらう時間を作るのもいいですよ。

卒園児の保護者の方からよく言われる質問です。

Q：いつまで抱っこしていいんですか？

A：ずっ〜と抱っこをしていいんです。

勿論、成長と共に形は変わっていくと思います。

立って「ぎゅー」をする形に変わる人もいると思います。

男の子は小学生になったら、回数が格段に減るかもしれません。

女の子も成長と共に抱っこの時間は減ると思いますが、「抱っこして」と言ってくるならいつまでも抱っこしてあげてください。

ママやパパに抱っこをしてもらいながら、子どもなりに、穏やかな気持ちになり心の整理やエネルギー補給をしています。

大人の私たちも人から抱きしめられると安心しますよね。子どもも同じなんですよね。

魔法の愛の言葉も忘れずにかけてあげて欲しいものです。

家族みんなで幸せな時間を作ってみてください。

