



くぜじどうかん子育て相談

でんしょばと通信



No.13

発行：京都市久世児童館

2025.1.20

こんにちは、久世児童館です。子育てについてお困りのことや対応の仕方などのご質問をお寄せください。当児童館がでんしょばとなり、専門の方（子育てアドバイザー、保健師、保育士など）にお聞きし、その答えをまとめ、おたよりに掲載して皆さまにお伝えします。ご質問のある方は、HPのPDF、館内にあります質問用紙にご記入の上、館内外ポストまたはFAXでお寄せください。（お電話・メールでの相談は受け付けておりません）

★ご相談内容 ★★こうなってほしい ☆☆☆回答、アドバイス



【イヤイヤ期】（母より2歳1ヵ月男児について 妹0歳3か月）

★ 外遊びをされていて、そろそろうちに帰ろうとしても嫌がってなかなか帰ろうとしてくれない時にどんな風に声をかけたらいいか。

☆例えば、家に帰るとお母さんは、家事や妹のお世話をして忙しくなるから、自分のことに注目してもらえなくなる。それどころか「手を洗いなさい！」などと言われて、自分でしなければならないこといっぱいだから、帰るの嫌だなと思っていたらどうしますか？帰ったら一番にぎゅっとしてもらえたり、膝の上で絵本を読んでもらえることがルーティンになっていたなら、楽しいかもしれませんね。そうなれば「帰る時間ですよ。」の言葉がけで、帰り道には「今日は何の絵本にする？」という会話ができますね。この方法はルーティンだから子どもに伝わることです。読まない日が続いたり、「帰らへんかったら、絵本読まへんよ。」はNGです。でも忙しい時間ですから、きっぱり1冊と決めておくといいでしょう。（子育てアドバイザー）

☆☆イヤイヤ期と重なることが多い2歳前後のお子さま。「帰りたくない」と嫌がるのはこの時期が多いかもしれません。2歳になると体がたくさん動かせるようになり、外遊びの楽しさも覚えてばかり。夢中になって遊ぶ姿がみられるでしょう。自分の気持ちが最優先！の時期なので、帰り際に「もっと遊びたい！」と、ママパパを困らせることが多いかもしれません。お子さまにとって公園は帰りたくない「楽しい場所」です。まずはその気持ちに共感し、お子さまの気持ちを代弁してあげましょう。「遊ぶの楽しいね」「帰りたくないのはわかるけど」とお子さまに共感しつつ、「この後は別のお楽しみがある」ことを伝えるとスムーズに帰れることが多いです。例えば、「おうちでおやつ時間がまっている」など帰宅後の楽しみから、「いつもと違うルートで帰宅する」など、道中のワクワクもお子さまにとって魅力的な提案になります。またイヤイヤしたりグズるときは二者択一にするのが意外と効果的です。お子さまは自分で選ぶと納得でき、次の行動に移しやすくなります。「どっちの道から帰る？」「おやつは〇〇と△△どっちがいい？→〇〇ね、じゃあおうちに帰って食べようか」と次の選択肢を、お子さま自身が選ぶことによって納得し、公園に未練がなくなる…というイメージです。また好きな遊具に「バイバイタッチ」をする、など、遊び始める時にあらかじめ「さよなら」の儀式を決めておきましょう。それでも最初のうちは、事前に決めていても帰り際になると、「やっぱり帰りたくない」となる事がおおいですが何度も繰り返すことで習慣化しスムーズに帰れるようになります。下のお子さんが3ヶ月という事でお母さんの身体も産後回復途中なのに加え、きょうだい育児に慣れていく期間で心身共に最も疲れが溜まりやすい時期です。ご自身のお身体をいたわりつつ無理なく公園遊びを楽しんで下さいね。（保健師）