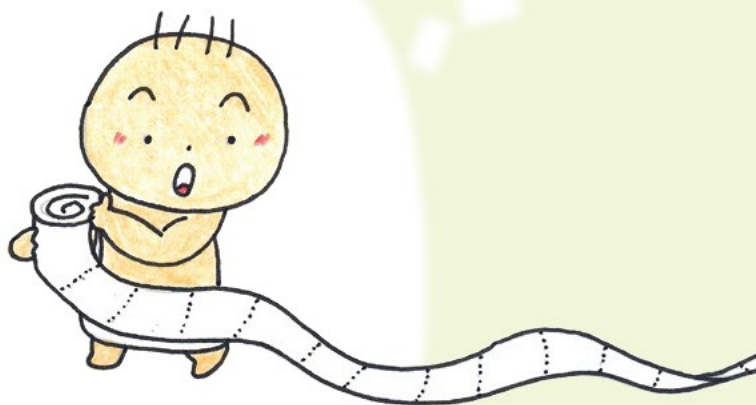


知っておきたい 今どき育児 “幼児期”



♥ オムツはいつかとれるもの

トイレトレーニングでイライラしている親には、「大丈夫、いつかは必ずとれるのだから」と声をかけてあげましょう。洗濯が大変だった昔は、1歳を過ぎるとオムツ外しを始めたものですが、最近は、3歳ごろから始める人も少なくありません。オムツ外しは、「しつける」とか「トレーニングする」のではなく、子どもが「自分でできるようになる」のに手を貸してあげることだと言われています。

♥「まだ〇〇できないの？」という何気ない一言に…

若い親たちは深く傷ついています。なぜなら、自分も不安でたまらないのですから。発達の早い子もいれば、ゆっくりの子もいます。それをわかっているはずの祖父母も、遠い昔のことで、つい忘れてしまっていることが多いようです。「まだハイハイしないの?」「歩かないの?」「おしゃべりは?」と、軽い気持ちで聞いてしまいがちですが、親にとっては、他の子と比べられているようで、いい気がしないものです。言葉に出すのはご法度です。

♥ おっぱいとのおさらば

子どもが母乳を欲しがらなくなると、自然に授乳をやめられればいいのですが、そんなにうまくはいきません。おっぱいコミュニケーションを長く続けている母子もあるし、反対に、夜間授乳にママが疲れたり、ママの服薬のためだったり、次の子ができたり、仕事の都合があったりして、親の判断で母乳をやめる場合もあります。「いつまで母乳を飲ませているのか」「こんなに早く母乳をやめてしまってもいいのか」…どちらも心配でしょうが、その決定は、いま子育てをしている親にとって必要だったということです。それを決めたママの気持ちを支えてあげましょう。



♥ してはいけないこと、危険なことをしたときは きちんと叱りましょう

叱られても意味がわからない0歳児は、危ないものはそばに置かない、という環境整備が先ですが、1歳ごろになると大人の言葉をだいぶ理解できるようになってきます。危険を伴うことをしたときは、毅然とした態度できっぱり「ダメ」と言いましょう。いつも優しい祖父母とは違う表情や声のトーンで、これはダメなことなんだな、とわかってきます。孫に嫌われるのが嫌で、「そんなことしたらママに叱られるよ」「パパがダメっていうからできないよ」という注意では、子どもに善悪を教えることはできません。

♥ 「食べさせてほしくないもの」 「食べさせては困るもの」

親がそう判断したものは子どもに与えないことです。「これくらいなら」「こんなに欲しがってるんだから」と与えて、ご飯が食べられなくなったり、好き嫌いにつながってしまうと、親とのトラブルになります。

また、アレルギーの関係で「絶対に与えてはダメな食品がある」子どももいます。少しだから大丈夫だろうとは思わないでください。ごく少量でも、重篤なアレルギー反応を引き起こすこともあります。

♡「こころやからだの発達」が気になりますか

「言葉が遅い」「落ち着きがない」「食べない」「イヤイヤが激しい」「ママから離れられない」「こだわりが強い」「友達と遊べない」などなど、あげるときりがないほどに、発達に関する「気になること」の相談が寄せられます。その大半は、個人差や、もとの性格によるものなので、時期が過ぎれば自然に解決していくことが多いです。

でも、はじめて子育てをしている親にとっては大きな悩みなので、そこに追い打ちをかけるように祖父母からも指摘されると、その悩みや不安は、より一層強くなって、親を追い詰めてしまいます。

しかし、安易に「大丈夫よ」と言うと、無責任だと思われてしまうこともあるので、まずは、悩む親の気持ちに寄り添って、話を聞いてあげましょう。

♡「育てにくさ」を感じるときがありますか

親の中には、「育てにくい」「かわいいと思えない」と感じて、途方に暮れている場合があります。また祖父母が、預かった孫に対して、そう思うことがあるかもしれません。実際、さまざまな発達特性を持つ子どもがいます。

そんなときは、まず親に、近くの「こども家庭センター」の利用をすすめてみましょう。専門家が相談に乗ってくれます。おじいちゃん・おばあちゃんの利用も大歓迎！です。



♥ 夜の寝かしつけに「お話」を

孫を寝かしつけるチャンスのある方におススメなのが「むかし、むかしあるところに…」というお話です。孫の名前や親の名前を入れて脚色したり、オリジナルを語ったりするのもいいですね。次、孫に会ったときに「あのお話をして!」とせがまれるようになって、孫との蜜月を楽しめるかも。



♥ 祖父母ならではの「遊び」や「おもちゃ」を

孫の喜ぶ姿を見たいからといって、欲しがるおもちゃをなんでも買ってしまつと、親から迷惑がられることもあるので、親に一言聞いてみるのが大切です。

最近は、大人でも驚くような「ハイテクおもちゃ」が出ていますが、実は、子どもにとって必要なのは「自分で何かをしないと遊べないおもちゃ」なのです。コマやけん玉、お手玉にあやとり、折り紙などのいわゆる「昔の遊び」は、手先を刺激するので脳の発達にもつながります。不器用な子どもが増えているのは、そういった遊びや体験が減っているのも一因です。いっしょに近所に散歩に出かけて、小石を拾ったり、たんぼぼの綿毛を吹いてみたりも、子どもにとっては楽しい遊びです。また、砂遊びや泥遊びもオススメです。「服や靴がよごれるから」「手が汚くなるから」と気にしなくていいような服装や環境を整えて、おもいっきり遊ばせてやれば、子どもは大喜びです。

♥ おじいちゃん!! 慣れていないからといってあきらめないで!

自分の子育て期には仕事が忙しくて、乳幼児の扱いに慣れないまま孫を迎えて、何をして遊んでいいのか分からない祖父が大勢います。まだ上手にお話の出来ない1歳前後だと、余計に戸惑いがち。やったことがないことを急にやれだの下手だの言われたら、面白くないのは当然です。でも、ポイントをおさえれば、きっと楽しく遊べます。子育ての「大変さ」を初体験するのもいいものです。

ポイント① 孫からの語りかけに反応する。子どもが指さしたり、「あーあー」と発した「言葉」に「お花だね」「きれいだね」などと、言葉で応答する。

ポイント② 泣いてもすぐに「ママ」や「あなたの妻」を呼ばない。そして子どもに「泣くな!」「いつまで泣いてるんだ」と怒らず、まずは「そうか、痛かったか」などと気持ちを受け止めて、言語化して返したり、抱っこしてあげる。

ポイント③ 子育て支援センターに行ってみる。地域の親子が安全に遊べる「子育て支援センター」は、パパの利用もあたりまえになり、「男性が浮く」こともなくなりました。周囲も「男性の育児」にあたたかい目を向けてくれます。ぜひ出かけて、よその親子と話したり、孫の遊ぶ姿を見守ってみましょう。



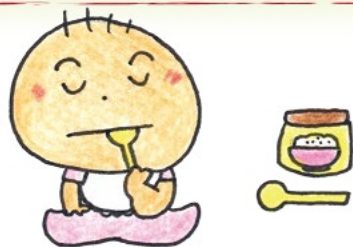
♡「孫育て」を頑張る夫にモヤモヤするおばあちゃんへ

生き生きと「孫育て」している夫を見て、複雑な気持ちになる方もあります。自分の子どもの世話なんかなんにもしなかったのに…全部私に任せきりだったのに…と。つい嫌味のひとつも言いたくなります。

言いたかったら言いましょう。「何十年かの遅れ」でも、子育ての大変さを夫に味わわせてくれた「孫の存在」に感謝しましょう。

♡「経験」があるからこそ、 親の良きサポーター役に

2歳ころになると「イヤ」「ダメ」と言う言葉を覚え、親の言うことを聞かずに、わがママを



言うようになってきます。これは『自我の目覚め』で必要な成長の過程なのですが、親たちは喜ぶどころか「子育てが間違っていたのではないか」と不安になったりします。怒鳴ったり、たたいてしつけようとする親も出てきます。祖父母は、こうやって成長していくのだということを知っていますが、経験のない親にはわからないことなのです。そんなときに「育て方が悪い」と親を責めたりしたら、親は困惑し、さらには「この子のせいで、こっちが怒られる」と矛先が孫に向くことだってあります。

「よくやっているね」と親の頑張りを認め、「こんないいところがある」と、孫のよいところを見つけて伝えてあげましょう。

♡ スマホや動画を見せておけば楽だけれど…

いくらかわいくても、疲れを知らない元気いっぱいの孫と遊ぶのは疲れます。ちょっと休むためには、スマホや子ども向け動画は便利な道具です。しかし、それらの長時間視聴で、子どものコミュニケーション能力や心身の発達が阻害されたり、視力や姿勢が悪くなるということで、子どもの視聴時間を気にする親も増えています。

もし、お宅で朝から晩までテレビをつけっぱなしにしているようなら、孫が来ているときは、大人のテレビ時間を減らしましょう。

♡ 応援したい ～仕事と子育ての両立～

今は共働きがあたりまえ。働かなくては生活していけないという社会情勢もあります。そんな中では、「保育園で急に発熱」「子どもが回復するまで何日も仕事を休めない」「臨時の会議でお迎えに間に合わない」など、いざというときに、祖父母は頼りになる存在です。

でも、祖父母にも仕事や都合があり、それらを全部引き受けられるとは限りません。協力は「できる範囲で」が大原則。前もって、「どんなことなら手伝えるか」を伝えておきましょう。

ファミリー・サポート・センターや病児保育など、社会による支援も併せて活用してください。そうでないと、長続きはしません。

♡ 二人目の妊娠・出産

二人目のつわりの時期、上の子の食事の用意や外遊びが辛くなったり、母親の変化に敏感な子どもがやんちゃを言ったりして大変なことがあります。また、出産後は『赤ちゃんの登場』で上の子が不安定になることも。そんなとき、祖父母のサポートがあるとママは大助かりです。

でも、二人目がまだの夫婦に「いつでも手伝うから早く産みなさいよ」とは言わないでください。いろいろな事情で子どもは一人と決めている夫婦もあるし、二人目不妊で苦しんでいる場合もあります。二人目の話題は慎重に。

♡ 絵本は親と子、祖父母と孫の、心の架け橋

「どうして絵本を読んであげるのですか？」と親にたずねると、「自分が子どものとき、絵本を読んでもらってとても楽しかったから」と答える人がいます。

祖父母の家に、もしそのころの絵本が残っていたら、ぜひそれを孫に読んでみてください。「ぐりとぐら」(福音館書店)、「いないいないばあ」(童心社)、「しろくまちゃんのほっとけーき」(こぐま社) などなど、やわらかくてあたたかい孫を膝に乗せ、絵本を読み出すと、何十年か前の光景がよみがえってきます。「この本は、パパのお気に入りだったんだよ」「ママは、何度

でもこれを読んでと言ったんだよ」それが絵本の力です。膝にいる孫も、いつの日か、自分の子や孫にその本を読む日が来るかもしれません。



いつでも どこでも ひとりで

祖父母の役割は、親たちの「サポーター」になることです。でも、この「サポーター」は、自分の孫に向けてだけではもったいない・・・地域の、社会の、そしてほんのちょっとすれ違っただけの『子ども』や『親』たちにも発揮してほしいのです。「いつでも・どこでも・ひとりでできるサポーター」がいま、地域で、社会で求められています。

少子化の中では、「孫が貴重」というだけではなく、子どもの存在そのものが「珍しく」なってきました。近所で、子どもの遊ぶ声はほとんど聞こえません。そればかりか、子連れの親子は「迷惑!」と疎まれ、子どもの声は「うるさい!」と忌避されることさえあります。

だからこそ、祖父母世代の方には、地域を、そして社会をサポートしていただきたいと思います。子連れのママやパパに、「大変だね」「頑張っているね」と声をかけてもらうだけで、疲れた親はホッとします。にっこりしながら、エレベーターの扉を支えて、ベビーカーを先に通してあげるだけでもかまいません。

そして、かつての子育て時代を思い出しながら、「赤ちゃんは泣くものよ」「子どもは、楽しいと大きな声になっちゃうの」「走りたくなくて当たり前」と、一緒に見守っていただければ・・・それこそが、自分の孫育てを含め「地域の子どもたちが豊かに育つ社会」への一歩ではないでしょうか。

