

前向きな発達支援は子どもの財産に

新しい1年が始まり、気持ち多いのではないでしょうか。私たち子育て世代包括支援センター「えがお」も、南会津町で子育てに奮闘するご家族と一緒に、ひとつひとつの悩みや課題を考えていく機会でありたいと決意を新たにしています。

この「すまいるだより」も今年で6年目を迎えます。これまで60号を超える子育てコラムをお届けしてきました。そこで今回、1月～3月号を通して、60余りの記事の総括をお届けしたいと思います。今月は「子どもの発達支援」についてです。

発達支援とは、子ども一人ひとりの得意・不得意や発達状況に合わせて、困りごとの解決や安心して暮らせる技を身に付けていくための関わりをすること

です。子どもは、自分の思いをことばで十分に伝えることができないため、周りの大人がその子の特性（特徴や性格）に早く気づき、前向きに支援していくことが大切と考えられています。特に日々の暮らしの中でお子さんに対し、育てにくさを感じていたり、子ども本人が生活のしづらさを抱えているようであれば、手始めに「生活の工夫」を試みることをお勧めしています。

子どもに寄り添う人が一番気の子はこのような言動をみせるのか」という点だと思えます。たび重なるかんしゃくやパニック、頑固と思えるほどの融通のきかなさやわがままに見えるほどの強いこだわりを前に、途方に暮れる親御さんは少なくありません。そんなときは、その子の思いを想像し、

子ども自身が困っているところやつまづいているところを整えることが「生活の工夫」です。

最近では、家庭では大人を困らせ集団生活に入ることに強く抵抗するものの、いざ集団生活に入ってしまうえば自分の主張ができず指示に従うため、一見すると集団生活では問題がないように見えるという相談も増えています。親御さんの中には、子どもの言動を相談することで「障がいというレッテルを貼られてしまうのではないか」という心配を持つ方もいるかもしれません。しかし、「何かしつくりこないな」「どうすればいいか分からないな」と思うときは、ご家庭だけで抱えず専門家に相談して欲しいと思います。どのような関わり方をし、どのような環境を整えると生活しやすくなるか」という視点を持つて前向きに支援することで、子どもが「自分を受け容れてもらえている」と実感することにつながります。その実感が、大人になっていく過程で「あきらめない気持ち」を育てると考えられています。

どんな小さなことでも、子育ての不安や疑問は「えがお」までお寄せください。

「えがお」に寄せられる主な相談

【ことばについて】

- 使えることばの数が少ない。
- 言いたいことを伝えられない。
- 発音がはっきりしない。

【運動について】

- 手先の不器用さがある。
- 転びやすい。

【生活習慣について】

- 食べ物の好き嫌いが激しい。
- 着替えを嫌がる。
- 寝つきが悪い、夜泣きが激しい。
- おむつがはずせない。
- 整理整頓が苦手・なくし物が多い。

【行動について】

- かんしゃくが激しい。
- 集中が長続きしない。
- 先生の一斉指示を聞けない。

【人との関わりについて】

- 初めての人や場面が苦手。
- 集団行動が苦手。
- ルールが守れない。
- 友達とのトラブルが多い。
- 乱暴な動きや言葉が多い。

【学習について】

- 音読が苦手。
- 漢字、ひらがなの書き間違いが多い。
- 計算が苦手。

■ えがおスタッフからのおすすめ

【おすすめ図書】

うちの火星人5人全員
発達障がいの家族を
守るための"取扱説明書"
著 平岡 禎之



妻、長女、長男、次女、次男が発達障がいを持っている家族の日常を四コマ漫画で表現しています。失敗を明るく乗り越えるための家族の"取扱説明書"を読むことで、読者もホッと一息つけるかもしれません。

【すまいるだよりに関する問合せ】

子育て世代包括支援センター「えがお」
(健康福祉課 子育て支援係内)

電話 0241-62-6170

メールでの相談はコチラ▶

egao@minamiaizu.org



栄養士監修コラム

今月の健康レシピ



今月の野菜
大根

冬に旬を迎える大根は、冬野菜の代表格ですが、通年手に入れやすい野菜でもあります。

水分ばかりで栄養が少ないというイメージも抱かれがちですが、ビタミンやミネラルのほか、消化を助ける成分なども豊富で、栄養補給に役立つ野菜といえます。

材料(4人分)

大根	240g	和風ドレッシング	
玉ねぎ	40g	アマニ油	大さじ2
水菜	1/4束	酢	大さじ4
大葉	8枚	きび砂糖	小さじ2
ミニトマト	8個	しょう油	大さじ1
コーン缶	80g		
しらす干し	80g		

大根とカリカリ
じゃこサラダ



栄養価(1人分)

エネルギー	120kcal
たんぱく質	9.7g
脂質	4.0g
炭水化物	11.8g
塩分相当量	1.5g

作り方

- ① 大根は皮をむいて4cm長さのせん切りにし、数分水にさらして水気をきり、水菜は4cm長さに切る
- ② 大葉は軸を切ってから縦半分に分けてせん切り、ミニトマトは軸を除いて横に半分に切る
- ③ 和風ドレッシングの材料を混ぜてドレッシングを作る
- ④ フライパンにアマニ油を熱し、しらす干しを加え、こんがり色づいたらキッチンペーパーに取り出す
- ⑤ 大根、水菜、大葉を混ぜて盛り、ミニトマト、コーンを散らし、ちりめんじゃこをのせ、ドレッシングをかけてれば完成