

NEWS

第2子以降の親子の関わり方

子育てアドバイス

CASE 01

赤ちゃん返りするようになった

ミルクを飲みたがる・オムツをしたがる・抱っこやおんぶをしたがるなど

理由は…？

今まで自分だけに集中していた愛情が、一気に下の子に注がれるようになり寂しいから。

「弟妹に大好きな家族をとられた！自分も赤ちゃんになれば、また目を向けてくれるはず」という不安な感情が「甘え」となって出てくるものです。

対処法

✓寂しい気持ちを受け入れながら兄姉の自覚をもたせましょう。

「○○ちゃん、寂しくなっちゃったんだね。でももう赤ちゃんじゃないから、ミルクは飲まないよ。赤ちゃんにミルクを飲ませてあげようか。お手伝いしてくれるかな？」と心理状況を一緒に整理し、言葉で伝えながら、自分は兄姉なんだという自覚をもたせてあげましょう。



▲上の子の気持ちに寄り添って

CASE 02

家族を攻撃するようになった

たたく・かみつく・言うことをきかない・駄々をこねる・大声を出す・赤ちゃんを攻撃するなど

理由は…？

構ってもらえなくて寂しい。どうにかして、赤ちゃんから自分に目を向けさせたいから。

言葉で自分の気持ちを説明できないために、攻撃的な行動で現れる場合があります。それだけ家族が大好きなのです。信頼していない人には絶対にしない行動です。

対処法

✓攻撃的な行動に反応せず、たくさん関わり、安心させましょう。

今まで何でも言うことを聞いてもらえた子どもに多く見られます。感情的に叱ると、自分に注目してくれたと受け取り、より攻撃性を高めてきます。危険な行為は「やめてね」と声を掛け、上の子が泣いても一切反応しないのも一つの方法。下の子の世話が終わったら「偉かったよ」とほめましょう。

CASE 03

情緒不安定になった

親の姿が見えなくなると大泣きをする・離そうとすると泣く・食べない・夜泣きがひどいなど

理由は…？

愛着形成がまだうまくできておらず、不安傾向が強まり、離れると不安になるから。

普段から親の都合でかわいがったり遠ざけたりしていると、愛着形成ができなくなってしまいます。遠ざけられると、より不安になり、大声で泣いて離れなくなります。

対処法

✓離すのではなく、逆に常に自分のそばに置いておきましょう。

「うるさい！」「あっちに行ってなさい」と言えば言うほど、「なんで離すの？嫌いなのか？」と子どもは不安になります。そんな時は、逆に子どもが「もう一人で遊びたい」と思うくらい、一緒にいるのも一つの方法です。弟妹よりも上の子の気持ちを一番に考えた関わり方を心掛けましょう。

弟妹が生まれた後の上のお子さんの問題行動に対して、初めは「今までこんなことしなかったのに！」と苛立ったり、悲しくなったりするかもしれませんが、しかし、行動の理由を知れば、本当に子どもらしいかわい理由なのです。生まれてまだ数年しか経っていない子を「もう兄姉なんだから、我慢しなさい」と叱っても、子どもは理解できません。叱るのではなく、その行動をとるのは、なぜなのか？と冷静に考えてみましょう。上のお子さんの気持ちに寄り添い、「さすが兄姉は違うね」「偉いね、助かるよ」などとほめながら、階段を上るように少しずつ兄姉へと育てていきましょう。

Recipe

2020健康こおりピック
チャレンジ食部門

トマトのだし浸し



塩分 0.1g

- 材料 (4人分)
- トマト……………4個
 - しょうゆ 4g (小さじ2/3)
 - かつおぶし…………小2袋
 - みりん……………大さじ2
 - 水……………大さじ1・1/2
 - しょうが(すりおろし)……………8g
 - 青しそ……………2枚

【1食分の栄養価】 エネルギー 62kcal / 脂質 0.3g / 鉄 0.4mg / たんぱく質 3.1g / カルシウム 13mg

■作り方

- ①トマトは1個を6～8等分に切る。
- ②耐熱ボウルに切ったトマトとAを入れる。ラップをかけて電子レンジで1分間加熱し冷ます。
- ③②を皿に盛り付け、ちぎった青しそを散らして出来上がり。

voice / おすすめポイント



電子レンジで簡単に出来るトマト料理です。トマトが調味料となり、さっぱりとした後味で、びっくりするほど美味しくおすすめです。

レシピ考案者 佐々木明さん

簡単に作れて、野菜も摂れるので、早食家でも作ってみたいと思います。トマトが大好きな子どもにも、喜ばれそうな料理だなと思いました。

鈴木実奈さん



check

好評実施中！

こおり健康ポイント

健康づくり事業に参加すると、こおり健康ポイントが付与されます。50ポイント貯めると、地場産品などと交換できます。大人気「熟ソース」も再入荷しました。楽しく健康づくりに励みましょう！



9 Sep.2021 Calendar

9/1	WED	広報9月号、お知らせ	★
2	THU	4か月児(R3年4月生)・7か月児健診(R3年1月生)(受付:13:00~13:15)、ブックスタート	♥
3	FRI		★◆
4	SAT	桑折学習塾(中学)	
5	SUN	マイナンバーカード休日窓口(予約制) ◎神岡クリニック ☎586-1318	
6	MON		♥
7	TUE		
8	WED		★
9	THU	1歳6か月児健診(R2年1、2月生)(受付:13:00~13:30)	
10	FRI	友達くらぶ・かやのき学園 「マリンバコンサート」、健康相談日	★◆
11	SAT	星空観察(小学生の親子対象)	
12	SUN	◎北福島医療センター ☎551-0551	
13	MON		♥
14	TUE		
15	WED	お知らせ版	★
16	THU	3歳6か月児健診(H30年1、2、3月生)(受付:個人通知に記載)	♥
17	FRI		★◆
18	SAT	各小学校運動会、桑折学習塾(中学)	
19	SUN	◎伊藤皮膚科クリニック ☎551-1121	
20	MON	◎桑名医院 ☎583-3024 敬老の日	
21	TUE	令和3年度特定健(検)診・各種がん検診 (土日祝除く、10/6まで)	
22	WED		♥★
23	THU	◎すずき医院 ☎575-2563 秋分の日	
24	FRI		◆
25	SAT	桑折学習塾(小学:桑折)	
26	SUN	マイナンバーカード休日窓口(予約制)、キッズスクール ◎こばやし子ども・内科クリニック ☎577-0663	
27	MON		♥
28	TUE	すくすくカフェ(ママトーク)	
29	WED		★
30	THU		♥

●イコーゼ ●やすらぎ園 ◎休日当番医 ◆母子手帳交付日
【子育て支援センター】:イコーゼ 10:00~11:30
♥ベビールーム(1か月~1歳5か月ごろのお子さんと保護者)
★キッズひろば(1歳6か月ごろ~就園前のお子さんと保護者)
▶「すくすく」(☎582-6045)へ事前に予約してください。