



すくすく

NO.48 平成24年7月2日発行

「すくすく」にならない声を聴く

院長 金原洋治

比治山大学（広島市）の七木田方美先生のご依頼で、「ことばにならない声を聴く」というテーマで講演させて頂くことになりました。日々の子育てや仕事、周りの人々との関わり方においても大切な内容だと思われましたので、ご紹介します。

赤ちゃんの声に耳を澄ます

「ことばをしゃべれない赤ちゃんを育てるときには、周囲の大人は、「この子はどうして泣いているのだろう、なにがしたいんだろう」と赤ちゃんの声に耳を澄ましながら（ことばにならない声を聴きながら）子育てをします。最初は泣く原因がわからなくても、一生懸命耳を澄まして聴いていると、なんで泣いているかが少しずつわかるようになってきます。

不安をあらわす行動や心と体

人生経験が少なく、ものごとの見通しをつけにくい子どもは、大人以上に不安感を心に抱くことが多いです。不安な気持ちになったとき、「ボク不安だよ!」とは言わず様々な行動で表現します。不安な気持ちを受け止め寄り添える対応ができるの良いですね。

行動面：母親へのしがみつき、怖がり、かんしゃく、すぐ泣く、緘黙、乱暴、多動、集中困難。活動性低下、不登校・登園しぶり

身体面：腹痛、気分不快、嘔気／嘔吐、頭痛、頻尿、不眠、悪夢、疲労感、呼吸困難、喉が詰まる感じ、めまい、口腔内乾燥、胸が苦しい、動悸、しびれ感、脱力感、のぼせ感、ふらつき

精神面（内面）：不穏感（気持ち落ち着かない）、イライラ感（焦燥感）、母親が居なくなってしまう・死んでしまう気がするなどです。

すべての行動にはわけがある

子どもは、幼ければ幼いほど気持ちを行動で表現します。こどもすべての行動は、次のような気持ちのどれかを表現しています。

- ① 環境：寒い、暑い、うるさい、イヤな匂い
 - ② 生理的原因：眠い、腹減った、きつい、痛い
 - ③ 不適切な課題：難しい、わからない
 - ④ 自己刺激：こつすると落ち着く
 - ⑤ 気を引く：自分を見てー！
 - ⑥ 逃避・回避：イヤ、退屈、我慢ができない
- すべての行動にはわけがあると考えると、大人のイライラ感も和らぎ、子どもへのまなざしやことも優しくなります。原因を考え

る余裕もでき、子どもの気持ちに寄り添った対応ができるようになるでしょう。その結果、かんしゃくが早く治まるし、気持ちをわかってくれると感じるので、かんしゃくの回数も減ってきます。

発達はこどものねがいからはじまる

小さい子どもは、「○○できるよ」にならいたいけどできない「現実」にぶつかったとき、かんしゃくをよく起こします。「できるよ」になりたいたいがないという矛盾を乗り越える時の葛藤はとても大きいですが、一方では発達を進めるエネルギーになります。心のなかの矛盾を乗り越えることによって「自分もまんざらすてたものではない」という自分への信頼が子どもに生まれ、信頼がもっと新しいことにもチャレンジしたいという願いを育てます。

聴こうとする姿勢が大切

私は、仕事柄、障害の為ことばをしゃべられない方、ことばはしゃべられるのに心の問題等なんらかの事情で気持ちをことばにできない方にも多く出会いますが「ことばにならない声を聴く」ことの難しさを感じています。聴く技術も大切ですが、なによりも聴こうとする姿勢を持ち続けることが一番大切だと思います。

～夏の水分補給～

汗をかきやすい時期になりましたね。

成人は体の60～70%が水分です。小さな子どもほど、その割合は増えて、新生児の体は80%近くが水分でできています。

尿や汗などで出て行く水分は飲んだり食べたりで補っていくことになります。体重1kg当りに換算すると、赤ちゃんは成人の3倍の水分が必要です。

脱水や熱中症にならないためにも喉が渇く前にこまめな水分補給をしましょう。

- [ポイント]
- ①汗をかく前後に補給する
 - ②少しずつ分けて補給する。
 - ③普段は水やお茶で大丈夫。

たくさん汗をかいたとき、食事が取れないときはイオン飲料が良いのですが市販のスポーツドリンクでは糖分が多すぎるので2倍に薄めてもいいようです。

スポーツをしている時は20～30分ごとに冷えすぎているものを150ml～200mlくらいとっていきましょう。

簡単なイオン飲料の作り方

(塩分、糖分が調整できて便利です)

水	1リットル
砂糖	大さじ3杯
塩	小さじ1/2杯
レモン汁	大さじ2杯

*みかんちゃんは金原家のミニチュアダックスフンドです。ときどき院長と一緒に出勤しています♪

休診のお知らせ

- 8月13日(月)～15日(水) お盆休みのため休診
 8月25日(土) 学会参加のため休診

院長不在日 学会、講演・会議のため不在です

- 8月24日(金) 午後不在
 9月 7日(金) 午後不在
 9月 8日(土) 終日不在

編集後記 雨の季節になりました。我が家ではやっとこたつをしまったところですが、寒い日があると時々恋しくなったりします。今回から「すくすく」の担当が代わります。今後ともよろしくお願い致します。

海苔のり

じねんじょ公開フォーラム2012

「普通に生きる～自立をめざして」上映会
 静岡県の生活介護事業所「でら～と」の
 取り組みを記録したドキュメンタリーです

- 平成24年7月22日(日)
 海峡メッセ下関 国際会議場
 ①10:00～11:50
 ②13:00～14:50
 ③15:00～16:50

入場無料です。金原院長も出演する「じねんじょ」の紹介映像もあります。多くの方々の参加をお待ちしております。



おすすめの絵本

『からすのパンやさん』
かこさとし 作・絵



あるパン屋のうちに4羽の赤ちゃんが生まれ、お父さんお母さんは日々子ども達の世話に追われます。その内お店にはお客がこなくなり……。子ども達が成長し子ども達の意見を参考にたくさん

のパンをやくのですが……。4羽の子ども達のかわいい名前、また大勢出てくるからす達の表情をみてお子さんと笑ってください。



栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関する
 こと何でも相談してください。
 時間 14時から16時まで

- 7月11日(水) 8月 8日(水) 9月12日(水)
 7月18日(水) 8月29日(水) 9月19日(水)
 7月24日(火) 9月25日(火)

夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。
 場所 下関市大学町2丁目(市大近く)
 診療時間 19時～23時 電話番号 252-3789

発行人 かねはら小児科 金原 洋治
 山口県下関市生野町2-28-20
 083-252-2112
 HPURL <http://members.jcom.ne.jp/28149681/>