

## 子どもを共に育む『親支援』プログラム

### ほっこり子育てひろば ―既存事業での活用事例集―

保育所（園）や幼稚園などで実施されるクラス懇談会や保護者会、各機関で実施されている子育て支援事業の場などを活用しながら「ほっこり子育てひろば」を幅広く実施するための参考として、事例集を作成いたしました。

- 事例1 プレパパママ教室編
- 事例2 子育て支援事業編1
- 事例3 子育て支援事業編2
- 事例4 クラス懇談会編1
- 事例5 クラス懇談会編2
- 事例6 保護者会編

#### 進行のポイント

##### ○事前にお約束事を伝える

- ・一人一人が主役 …一人が話しすぎないように
- ・お互いの意見を尊重…お互いの意見に耳を傾け、相手を否定しないように
- ・ここだけの話 …話す中で知った個人情報は、外で話さないように

##### ○話しやすい雰囲気作りを心掛ける

- ・和やかな雰囲気になるように、「アイスブレイク」（参加者の緊張をほぐすための簡単なゲーム）を取り入れる。
- ・支援者は語り手ではなく聴き手に。参加者同士をつなぐ存在として、参加者一人一人を受けとめる。
- ・参加者には事前に個人情報を外で話さないことを伝えることで、安心して不安や悩みを話してもらえるようにする。

「ほっこり子育てひろば」では、テーマごとに支援者向けテキストがありますが、テキスト通りの進行でなくても、それぞれのご所属でアレンジしていただき幅広く実施していただきたいと考えております。

子育ての悩みや困りごとなどについて、保護者同士が語り合う場面があり、気持ちを共有したり保護者の気づきにつながった場合や、テキストやアイスブレイク集などの資料が活用された場合などは「ほっこり子育てひろば」の実施報告書を作成し提出していただきますようお願いいたします。



## 事例1 プレパママ教室編

### ほっこり子育てひろばのテーマ「赤ちゃんのいる生活イメージトレーニング」



支援者 「プレパママ教室にご参加いただきありがとうございます。出産するときのことや、赤ちゃんが生まれたりどうなるのか、夜は寝られるのか、熱がでたらどうしようなど、不安や心配ごとがあるのではないのでしょうか。

今日は、子育てを経験されているお母さん方にもご参加していただいていますので、みなさんの悩みや不安なことなど出し合って、アドバイスをもらいながら話し合ってみましょう。

それでは自己紹介していただき、今不安に感じておられることを一言ずつお話ししてください。」

～自己紹介～

Aさん「私はあと一か月くらいで出産です。赤ちゃんが生まれることはとても楽しみで、『早く赤ちゃんに会いたい』と毎日わくわくしている反面、全くわからないことばかりで『赤ちゃんに泣かれたらどうしよう…。』と考えるだけで不安でいっぱいになります。」

支援者「Aさんは楽しみだけど心配、という気持ちですね。子育て中の皆さんはいかがでしたか？」

#### <子育て中の皆さん>

Cさん「私は、毎日泣かれてイライラしたこともあったけど、夫が私によく声をかけてくれて救われました。」

Dさん「泣いたらとにかく、『どうしたのかな？』って考えて毎日接しているうちに、今は、『おっぱいがほしいんだ』、『おしっこでたんだ』、『だっこしてほしいんだ』って少しずつわかるようになってきました。赤ちゃんは泣いて気持ちを訴えているんだと感じました。」

Eさん「私も、泣かれていろいろ心配しましたが、生後1か月の時に保健師さんが家に来てくれて相談できたのでよかったです。」

#### <プレパママの皆さん>

Aさん「赤ちゃんってそんなに泣くんですね。でも、みなさんのお話で心づもりができました。」

Bさん「保健師さんが来てくれるんですか。それを聞いて安心しました。」

支援者「赤ちゃんが生まれてくるのが楽しみですね。」



## 事例2 子育て支援事業編1

### ほっこり子育てひろばのテーマ：「離乳食」



支援者「〇〇ひろばにお越しいただきありがとうございます。今日は「離乳食」について自由に意見交換したいと思います。

最初に自己紹介と、離乳食で困っていることなどがあれば話してください。

～自己紹介～

Aさん「そろそろ離乳食を始めようと思っていて、いろいろ話を聞いたり、本を読んだりしているのですが、『大人が食事をしているのを見て、口をもぐもぐ動かしたり、よだれがでたりし始めると、離乳食開始のサイン』とよく書いてあるのですが、うちの子はそういったサインをだしてくれないので困っています。」

支援者「離乳食を始めている皆さんはいかがでしたか？」

Bさん「この子はよだれは出てなかったけれど、試しに離乳食を始めてみたら、うまくいきました。」

Cさん「うちも離乳食を始める月齢になった頃、離乳食をあげても全然食べませんでした。しかたなく、少し時期をずらしたら食べたので、Aさんも少し日にちをあげたらどうでしょうか？」

Dさん「私は、親が食事をする時、子どもを抱っこして食べるのですが、ある時私の食事中に子どもにも離乳食を与えたら食べました。」

Eさん「私も難しく考えずに気軽にあげたら食べました。それと、運動量が多くなると食べるようになりますよ。」

Aさん「ありがとうございます。皆さんの話を聞いて気が楽になりました。難しく考えないでやってみます。」

支援者「離乳食のことはいろいろな情報がありますが、個人差が非常に大きいので不安になりますね。こうやっていろんなお子さんの様子を聞くと、安心できますね。」

### 事例3 子育て支援事業編2

#### ほっこり子育てひろばのテーマ：「親子でいっしょにあそぼう」

支援者「〇〇ひろばにお越しいただきましてありがとうございます。まずは自己紹介をしましょう。」

～自己紹介～

支援者「赤ちゃんは触れられることが大好きです。一緒に遊ぶことが子どもの健やかな育ちには大切です。子どもと楽しく遊ぶためには、大人自身が気持ちのゆとりや遊び心を持つことが大事です。

それではふれあい遊びをしましょう。いきなり遊び始めるのではなく、始める前に『～して遊ぼうね。』など言葉をかけてあげてください。子どもだからわからないと思わず、小さな赤ちゃんでも、始める前に言葉をかけてあげることで気持ちの準備をします。」

～ふれあい遊び～

支援者「親子で向かい合ってみてどうでしたか？子どもさんの笑顔が見られると、こちらまで幸せな気持ちになりますね。お母さんがうれしくなると、お子さまもきつうれしくなると思いますよ。

皆さん、子どもと遊ぶのに困っていることや不安なことはありませんか？」

Aさん「公園に遊びに行ったとき、『遊んでおいで』と言っても私から離れないんですよ。」

Bさん「あります、あります。『みんな楽しそうに遊んでいるのに、』なんて思います。家では、家事が忙しくて、ついスマホを見せることが多いですが、皆さんはどうしていますか？」

Cさん「外では、けがをしないか心配で、私がついて回っているという感じです。」

Dさん「この間、私の母親が来たときに、『おすわりやーすいすどすえ♪』と言って膝にのせてどすーんとしたらキャッキョと笑って、もっとやってくれとせがんでいました。」

Aさん「この年齢は、子ども同士で遊ぶこともありますが、親といっしょに遊ぶことも大切なんですね。」

支援者「お父さんやお母さんと遊びたい、という、今のお子さまのありのままの姿をまるごと受けとめると良いですね。」



#### 事例4 クラス懇談会編1

##### ほっこり子育てひろばのテーマ：「自我のめばえと生活習慣」

支援者「〇〇組クラス懇談会にお越しいただきましてありがとうございます。

子どもは、成長に合わせて自我が芽生えていきます。〇〇組では、一人で着替えようとする子が増えてきました。この間、一人でボタンを留めようとしている子がいました。『留めてあげようか?』と言っても『イヤ!』と言って頑張っているのですが、首の下のボタンなのでなかなか留められません。それを見ていたお友だちが『とめようか?』という『ウン』とうなずき、留めてもらう場面がありました。皆さんのお家ではどうですか?」

Aさん「最近、今はまだ出来ないことを『自分でする』と言って聞かないので、出かける時は大変です。」

Bさん「うちも同じです。今朝も靴を履くのに時間がかかりました。」

Cさん「そういえば、最近(Dさんの子どもの)△△くんはTシャツを前後ろ逆に着ているのをよく見かけますね。」

Dさん「そうなんです、後ろ前なのはわかっているようなのですが、私が『前と後ろが反対だよ』と言っても聞かないのです。」

Bさん「たしかに、自分で出来たということがうれしいのですね。」

Cさん「そうですね。△△くんは『すごいでしょ。』みたいな、いい顔をしていますね。」

支援者「自分でやりたがる時は、子どもの気持ちを大事にして見守りながら援助することが大切ですね。叱るよりもお子さまのありのままを受けとめることが大事ですね。子どものやりたい気持ちを尊重しながら少しずつ生活習慣を身につけていきましょう。出来たらほめてあげましょうね。」



## 事例5 クラス懇談会編 2

### ほっこり子育てひろばのテーマ：「子どもとのかかわり方」

支援者「〇〇組クラス懇談会にお越しいただきましてありがとうございます。

『子どもとのかかわり方』について考えてみたいと思います。

先日、このようなことがありました。

Aちゃんが楽しそうに園庭で三輪車に乗っていました。Bくんも乗りたくて

『かわって〜。』と〇〇ちゃんに言いましたがAちゃんはかわってくれません。

Bくんは追いかけていき、思いがあふれてAちゃんを叩いてしまいました。

このようなトラブルはよく起こりますが、担任としては、良し悪しをつけるのではなく、お互いの気持ちを伝えることを大事にしています。

ご家庭ではきょうだいやお友だち同士でこのような場面はありませんか？」

Cさん「その時、ちょうどお迎えに来ていたのですが、Bくんが困ったような顔をして立っているのを見ましたよ。AちゃんもBくんも三輪車が好きなんですね。」

Dさん「うちの子も、この間みていると『じゅんばんじゅんばん！』と言いながら三輪車を追いかけて横取りしてしまったので、『こら！』と言おうと思ったのですが、『三輪車に乗りたかったんやねえ。』という、コクンとうなずいていました。」

Eさん「うちはきょうだいでもちゅうこのようなことがあります。お互いの気持ちを聞いてあげることが大事なんですね。」

支援者「どうしても『いけません』『だめ』と言ってしまうがちですが、『三輪車に乗りたかったんだねえ』とまずは子どもの気持ちを受けとめることで、子どもは『わかってもらえた』と安心感をもちます。その積み重ねで信頼関係が育まれていくのではないのでしょうか。」



## 事例6 保護者会編

テーマ：「いつくしむ（対象：全世代（0歳児以上）の子どもを持つ親）」

支援者「〇〇幼稚園の保護者会にお越しいただきまして、ありがとうございます。



我が子を「いつくしむ」、ということ話し合ってみたいと思います。我が子どもがかけがえのない存在であるということはわかっていますが、つい叱ったりすることもあります。毎日の忙しさに追われて忘れてしまいがちですが、今日は、お子さんが生まれたときのことを思い出し、どういう思いで名前をつけたのか、はじめて抱っこした時の気持ちや熱が出て心配した時の思いなどを一言ずつ話し合ってみたいと思います。まずは、このテーマにちなみ、絵本『いのちのまつり』を読みます。」

それでは、お子さんが生まれたとき思いや、名づけの由来などをお話しいただけますでしょうか。」

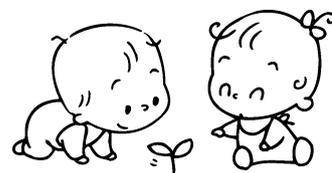
Aさん「子どもが生まれた時は『健康でいてくれれば良い』と思っていたのに、今は口を開けば叱ってばかりいます。」

Bさん「私も同じです。叱った後は自分が嫌になります。」

Cさん「叱った時は寝顔を見て心の中で『ごめんね』と言うときもあります。寝顔を見るとどうして叱ってしまったんだろうと思います。」

Dさん「この間、写真の整理をしていて生まれたころの写真が出てきました。子どもが今、元気であることがありがたいことなんだと実感しました。」

支援者「ついつい叱ってしまい、自分が嫌になったり寝顔を見て『ごめんね』と思うのに、また次の日に叱ってしまうこともありますね。今日はお子さまへの思いをメッセージカードに書いて持って帰りましょう。お子さんが大きくなった時に渡してあげてくださいね。」





京都市子育て支援総合センター

## こどもみらい館

〒604-0883

京都市中京区間之町通竹屋町下る楠町 601-1

TEL (075) 254-5001 (代)

FAX (075) 212-9909

休館日／毎週火曜日（祝日の場合は開館、翌平日休館）

年末年始（12月28日～1月4日）