

平谷こども発達クリニック 松村友宇子さん

TEL.0776-54-9600

住所 福井市北四ツ居2-1409



【Profile】

平成11年 東北大学大学院教育学研究科修士課程卒業
情緒障害児短期治療施設、保育所に勤務
平成19年 平谷こども発達クリニックに勤務（非常勤）
自身も2歳～12歳まで5人の子供がいるお母さん。只
今、子育て奮闘中！

教えてDr.

子どもの 発達障害

0歳から3歳頃までの育ち

産まれてすぐは寝てばかりいた赤ちゃんが、1年後には歩いたり3歳ともなれば一人前の言い方で自己主張し、文字通り地団駄をふんで怒ったり。そんな大きな変化が楽しめる最初の3年間。

一方で、食事やお風呂のお世話など子どもに時間をとられ、自分の時間がなくなってしまう辛い時期でもあります。買い物や外食にはなかなか行けないし、トイレやお風呂に入るのもひと苦労。そして、体重の増え方や離乳食の進み方、歩行や言葉の育ち具合、友達との関わりなど、様々な悩み事で精神的な負担も大きかったりします。

この時期に大切なことは、「発達の主人公は子ども」ということをかみしめながら、子ども中心にくらしを整えていくことです。

先に書いたように子ども達はぐんぐん成長していきますがその原動力は子ども自身から外の世界に興味をもち、自分から外に働きかけていく力です。そしてその力の土台は、日々のくらしであり、「よく眠り、よく食べ、よく遊び、よく笑うこと」

です。こどもが気持ちよく生活できるように、親のやりたいことよりも子どもの快適さを、ほんのちよつと優先してあげましょう。例えば、眠る時間。家事が忙しくてつい遅くなりがちですが、子どもが翌朝気持ちよく起きることができるようにはチャレンジしてみてください。

また、大人の関わりも子どもたちの育つ力を大きく後押しします。時には子どもも見ているものを一緒に眺め、時には正面から声をかけて、しっかりと遊ぶ時間をもちましょう。親や家族との関わりを楽しむことが、保育園や幼稚園に入ったとき先生方や友だちと関わる土台となります。

最後に、もう一つ。一人でがんばりすぎないこと、悩みを抱えこまないことです。くらしを整えるのも子どもと関わるのもなかなかうまくいかないことがあります。乳幼児期の様々な悩みに関しては、保健師さん、保育士さん、医療機関などたくさんの方の相談相手があります。みんないろんな知恵を持っていらっしゃいます。ぜひ相談してみてくださいね。