



# おやこ大学だより

2020 年度 4 号 (2020. 7・8 月合併号) Vol. 110



## ごあいさつ

みなさん、こんにちは！お元気でしたか？

最近、生活のヒントを探るときInstagramなど SNS がとても便利だなと思っています。

たとえば、「七夕 ごはん」で検索すると、ずらりとおいしそうメニューと作り方が出来たりして、眺めるだけでも楽しい気分になります。子育て情報も、育児グッズだったり離乳食の作り方も便利です。

みなさんは、どんなものを使っていますか？

## 子どもの育ちと親子の距離

先日の緊急事態宣言中こんなことがありました。

窓から外を眺めていると、聞きなれない鳥らしき鳴き声が聞こえてきます。

グワッ！グワッ！ 「何かな？」 外に出てみると一羽の子ガラスがヒョコヒョコ歩いています。

どうやら巣から落ちたようで、しばらく見ていると数メートル先の車道へ向かっています。

「どうしよう、車にひかれたら」と思っていると、子ガラスの真上にある電線から、2羽の親ガラスがジッと子ガラスを見ている。親ガラスは子ガラスが車道に向かうと大きな声で鳴いて知らせ、たまたま通った人間が子ガラスに近づくと、電線から急降下して人間を追い払うように低空飛行してきます。

数日間、親子ガラスの声を家の中から感じていると、ある日、ぱたりと声が聞こえなくなりました。

「もしかして、車にひかれたのか？野良猫に襲われちゃったのか？」

外に出て探してみると、近所の人から、「あのガラスは昨日、飛んでいったよ」と教えてくれました。

「なんだ、ご近所さんも見守っていたんだ」ホッとしました。

あれ以来もう親子ガラスの声は聞こえません。

ちょっとした寂しさを感じつつも、親ガラスが子ガラスの頭上高くから周囲を見渡し、危険だと察知したときに声をかけるタイミングが絶妙であったと思い返していました。

人間もわかり、子どもと親の距離感も、密着していた頃から次第に自分で歩き始め自立して羽ばたいていくまで、何度も子どもは成長の節目をむかえます。

「子どもの成長をどんな立ち位置で見守りたいのか」そんなことを思う出来事でした。

## オススメ ネット配信している運動動画でリフレッシュ

家でじっとしていることが多かったので、さぼりがちだった筋トレをネット配信を使ってやっています。

今は、とても便利です。好きな時間、好きな場所で運動することができます。

いろいろな方が配信しているので、その日の気分にあったメニューを楽しむことができます。

気分転換がてら数分間体を動かすと、リフレッシュできますよ。

探すポイントは「自分にとって心地いい運動量と楽しめるもの」です。

運動不足により筋力低下が心配ですが、少しずつ体を動かし汗をかくことで、夏本番に向けて暑さになれる体づくりにもなります。今の時期、マスクをして過ごすのは大変ですが、

熱中症予防のためにも少しずつ体も心も準備していきたいですね。



前回に引き続き「子どもの困った行動に対する対応スルーについて」のお話です。

スルーとは、子どもの好ましくない「行動」に注目しない。

スルーの方法は、無関心な様子をする。イライラしていても顔に出さないという方法で、

目：視線を合わせない。体：親の体の向きを変える。声：子どもに声をかけない。などがあります。

例えば、公園で遊んでいて帰る時間になっても「帰らない」と言い、走って逃げてしまうこんな時ペアトレの対応は？

親： 「帰ろう」と声を掛けます。

子ども： 「帰らない」と言い走って行ってしまいました。

**対応ポイント1**：親は一貫したスルー（走って行った方に視線向けない、体の向きを変える、声をかけない）

何度か「帰るよ」と親が声をかけます。

子どもの返事は「帰らない」と言われますが、一貫してスルーします。

スルーの対応をしていると、子どもは注目されていないので「どうしたのかな？」と親の顔を伺ったり、「親の方へ戻ってきたり」するかもしれません。

親の方へ戻ってきた行動は、一緒に帰る行動を100%とすると25%の好ましい行動と考えます。

**対応ポイント2**：このタイミングで「ママのところに戻ってきてくれたのね、ありがとう」と声をかけます。

子どもは注目を得るために、**好ましい行動をすれば親が反応してくれることを体験的に学ぶ**ことが出来るので、困った行動が減っていく可能性が生まれます。

次回もスルーの方法について、お話ししますね。

## 次回号をお楽しみに

最近、おしゃれな手作りマスクが増えています。地域色を生かした素材や涼しく使えるものなど工夫されています。飛沫感染予防をしながら選べるのも楽しいかもしれません。家にある材料を使って作ってみようかと計画中です。

次回までお身体を大切にしながらお過ごしください。



※新型コロナウイルス感染防止の為、法律相談のみ受付しておりました専門相談は、8月より順次開催を予定しておりますが、急遽変更になる場合がございますのでご了承ください。変更になる場合は、ホームページに掲載予定ですのでご覧ください。

### 専門相談のお知らせ

2020年7月16日(木) 13時~15時

弁護士(獨協地域と子ども法律事務所)

\*\*\*\*\*

2020年8月25日(火) 13時~16時

小林 孝雄先生(文教大学、臨床心理士)

2020年8月27日(木) 13時~15時

弁護士(獨協地域と子ども法律事務所)

※すでに定員一杯でキャンセル待ちとなる場合があります。お問い合わせください。

お問い合わせ・投稿はこちらまで  
獨協大学地域と子どもリーガルサービスセンター

〒340-0041  
埼玉県草加市松原1-1-10  
TEL. 048-946-1781  
FAX. 048-946-1782  
E-Mail: [kodomo1c@dokkyo.ac.jp](mailto:kodomo1c@dokkyo.ac.jp)

子どもに関する相談  
(無料 月~金 10時~16時)  
048-946-1771

※祝祭日はお休み