～コロナ禍の今だから～

お家で子どもとふれ合おう

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、自宅で過ごす時間（＝お家時間）が多くなりました。外に出られないことがストレスになりがちですが、お家時間を有意義に過ごすことができれば、楽しく生活できます。今月号では小さなお子さんがいるご家庭向けに、自宅でお子さんと仲良くふれ合う方法をご紹介します。

親子の家庭内ストレス

緊急事態宣言の発令や外出自粛などにより子育てや生活で困ったことはありましたか？（報告書27頁）

ある 75.1%

→ 子どもとの過ごし方に悩む 70.1%

緊急事態宣言により子どもの生活も一変しましたが、親から見て気になることはありましたか？（報告書29頁）

ある 60.1%

→ きょうだい喧嘩が増えた 33.3%

→ いきなり大きな声を出したりすることがある 14.3%

令和2年度実施「新型コロナウイルス感染症対策に係るアンケート調査報告書」（全国認定子ども園協会）より

このように緊急事態宣言下において、大人も子どもも、心身になんらかの変調が生じていると読み取れます。

抱っこして読み聞かせ

乳幼児家庭教育学級で絵本の読み聞かせや語りかけの先生をしていただいています。

NPO法人くすくす
小池 肇子 先生

小さい子と二人だけの時間、とってもかわいいこともあるけれど、「もう、イヤっ！」と思うこともあると思います。ただでさえ大変なのに、このコロナ禍。マスクができない年齢の子どもを連れておうちから外へ出るだけでも、ドキドキします。いつになったら前のように暮らせるのかもわからない。イライラし、不安になって当然です。

そんな時に、泣いたり、ぐずったり、やんちゃを言う子。親の心が自分から離れていることを子どもは敏感に感じ取るので、自分を見てほしくてやる精一杯の行動なのですが、やられる方はたまりません。

洗濯物もたたまなきゃ、食事の支度もしなきゃ、ラインの返事もしなきゃ、せっかく片づけたのにまた散らかして！その上「抱っこ!!」なんてとてもやってられない。そんな時もあるでしょう。でも、「今は、抱っこできないの、後でね」という説得を聞いてくれるような相手ではありません。子どもはますます不安になってぐずります。

とりあえず抱っこをしてしまうのが、一番早く収まります。数分でも抱っこしてもらえると、子どもは落ち着きます。「お膝に抱っこして、一冊ご本読もうか」というのはどうでしょう。

抱っこで親の存在そのものを感じ、自分のために読んでもらう声で気持ちも落ちついてくるでしょう。抱っこでも終わりまで聞いていられないのは、その子にとって長すぎるか、興味がないかです。1歳前後なら見開きで1～2行、2歳前後で数行ぐらい。あんまり長いのは、読み手も疲れるので、短めがおすすめです。

でも、こんな時だからこそ、少し長いですがおすすめの絵本があります。いとうひろし作『だいじょうぶ だいじょうぶ』（講談社）。不安をかきたてるメッセージがあふれているからでしょうか、「だいじょうぶだいじょうぶ」と文字を声に出して読むと、少し気持ちが落ち着いてきます。読み手の気持ちが落ち着くと、聞いている子の気持ちもなんとなく落ち着いてきて、お膝から降りてしばらく一人遊びをしてくれたら、いいですね。

読み聞かせにオススメ！

いとうひろし作
『だいじょうぶ だいじょうぶ』
（講談社）

受講者の声

読み聞かせ、ちゃんと膝の上で読まないと、と痛感しました。

言葉がけが大切だとはわかっていてもなかなかできていないので、これを機会にたくさん言葉をかけていきたいです。

お子さんの手形でぞうさん 足形でうさぎさんを作ろう!!

市民自主講座「手形足形アート」
講師 佐久間 梓 先生

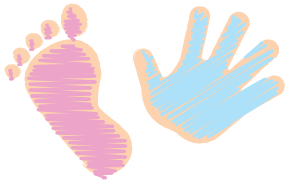
手形アートについて「親子で触れ合う有意義なお家時間」として、お子さんやご家族の今を形に残す手形アートを紹介させていただきます。お家時間が増え、今日は何をして過ごそうかな…と悩んでいるかたも多いかと思います。そんな日々の中にぜひ手形アートを取り入れてみてください。

用意するもの

- □スタンプパッド(インク)
  ※お肌に優しいもの
- □ウェットティッシュ(おしりふきなど)
- □用紙(画用紙・色紙など)
- □マスキングテープ
- □はさみ
- □黒ペン

※おすすめのスタンプパッド
petapeta-art®監修
「PALM COLORS」(パームカラーズ)
パッチテスト済み、欧州玩具規定EN71-3をクリア、お肌に優しい処方です

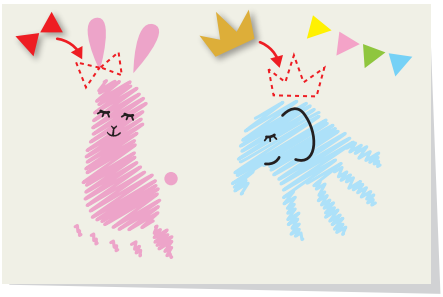
1 お子さんのおててorあんよにまんべんなくインクをつける



汚れてもいい服装で、爪は短くしてから塗ると、後でインクを落としやすいよ

2 そのまま用紙にぺったん!

3 用意したマスキングテープを王冠や三角やリボンなどの形にカットして帽子として貼る、うさぎさんには耳としっぽを付け足し、ペンで顔などを描く



4 最後に「ぺったんした日付」、「その時のお子さんの身長や体重」なども書き入れておくこともおすすめです

よりくわしく勉強したい人のために

参考図書 やまざき さちえ『親子で楽しむ手形アート』日本文芸社

この本にはぞうさんやうさぎさん以外にもかわいいモチーフがたくさん載っています。手形や足形をとる際、いつもと違ったお子さんとのスキンシップの時間にもなる手形アート。今しかないそのかわいいおててとあんよを素敵に残すことができます。お子さんだけでなく、大きな用紙にご家族全員でぺったんするファミリーアートもおすすめですよ。大きさの違いや形の違いを目で見て楽しみ、おうちで過ごす家族団らんの時間に彩りをそえてみてください。

より深く手形アートを学びたい人のために

手形アートには、petapeta-art®アドバイザーという資格があり、120分の座学で資格取得が出来ます。わが子の手形足形をかわいく残したい、もっとくわしく知りたい、仕事にしてみたいというかたは、お気軽にお問い合わせください

petapeta-art®インストラクター
peta.azu 佐久間 梓 連絡先:peta.azu@gmail.com

触れ合い、語り合い

乳 時期は親との相互のコミュニケーションを通して信頼関係を作り上げる時期と言われます。スキンシップや話しかけで欲求が満たされると、子どもは「ここにいていい」と信頼感を獲得します。また幼児期には運動機能、言語機能が急速に発達していきます。

コロナ禍で外に出られない分、家庭内で乳幼児が安心感を得たり、人とのやりとりを学んだりすることが重要となります。そこで今回の特集をご家庭で実践してみてください。

市 では小さなお子さんのいるご家庭向けに「乳幼児家庭教育学級」として子育て講座を毎年開催しています。今年は本特集で紹介した2つの講座の開催を予定しておりましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止しました。そのため、できるだけ多くの子育て世帯に講座内容を紹介できるように、特集を企画してみました。

新 **型コロナウイルス感染症で困ったときは?**

国や県、市でも新型コロナウイルスで困った人のための支援や窓口があります。県と市のホームページを紹介します。

県ホームページ
岐阜県新型コロナウイルス完成症に関する情報
https://www.pref.gifu.lg.jp/site/covid19/27747.html

瑞穂市ホームページ
新型コロナウイルス関連
https://www.city.mizuho.lg.jp/10019.htm

瑞穂市ホームページの乳幼児家庭学級に関するアンケートにご協力をお願いします。下記のQRコードからご回答ください。参加しやすい曜日、時間、場所などをお聞きしています。

また、今回の特集の感想や、こんな講座を開いてほしいなどのご意見ご要望がありましたら、下記メールアドレスまでお寄せください。

生涯学習課(巣南庁舎)
☎327-2117
✉syougai@city.mizuho.lg.jp