



**1月号**  
2025年12月22日発行  
中札内村子育て支援センター  
Tel/fax 67-2397

## \* 子どもの心の成長～「イヤイヤ期」をどう受け止める？ \*



### 【イヤイヤ期が起こる理由】

一般的に1歳半くらいから3歳頃の子どもにやってくる「イヤイヤ期」。あれもこれもイヤ！と怒ったり泣いたりしますが、大人を困らせようとしているわけではありません。イヤイヤ期は「第一次反抗期」ともいわれ、この時期の「イヤ！」は子どもたちの心が成長している証拠でもあります。1歳半頃になると、自分と他人の違いがわかるようになり、自己意識が芽生えてきます。「こうしたい」「自分でやりたい」と、物事を自分で決めたり進んで行おうとする自発性も強くなります。一方で、言葉を理解したり言葉で表現する力、感情をコントロールする力は十分に発達していません。そのため、やろうとすることを止められたり、思うようにできなかったりした時に、うまく言葉にしたり我慢できず、「イヤ！」と感情を爆発させるのです。

### 【イヤ！と言えることでさらなる成長へ】

イヤイヤ期は自立心の芽生えの第一歩。そこで自分の主張が受け入れられたり、受け入れられなかったりする経験を通して、自分の気持ちを伝える力や感情をコントロールする力などを身につけていきます。「イヤと表現できるまで成長した」など、できるだけポジティブに捉えるよう心がけてみましょう。そのためには、イヤイヤに対応する時間を考慮してスケジュールを組むなど、できるだけ時間・環境を準備しておけるとよいですね。

### 【イヤイヤ期への対応のポイント】

①「〇〇をしたかったのかな？」「自分でやれたかったんだね」など、まず思いを聞いたり受け止め、言葉にして代弁してあげましょう。そのうえで、イヤ！の原因が推測できる時は「あと〇回でおしまいにしようね」「次はどっちにしようか」など見通しや選択肢を伝えていきましょう。	②気持ちを落ち着かせてあげましょう。 落ち着く方法は、「抱っこ」「安全な場所で見守りながらそっとしておく」などその子に合った方法を見つけてあげ、気持ちをコントロールする術を身につける手助けをしてあげましょう。
③気持ちが落ち着いたら、子どもが自分の「イヤ！」を解決する方法を一緒に考えましょう。「今はできないけど〇〇した後にしようか」「こっちの場所でやってみる？」など時間や場所を変える提案や、外の風に触れてみたり、好きな遊びに誘ってみることも気分転換となり、気持ちが歩み寄ることができる場合もあります。	※イヤイヤに必ずしも全て従うということではなく、「その気持ちを尊重しサポートすること」が心の成長につながっていきます。 <u>危険な場面や公共のルールやマナーがある場所などでは、しっかり線引きをして伝わりやすい言葉と毅然とした態度で言い聞かせることも大切です。</u> 大人もリフレッシュしながら、心の成長を応援していきましょうね。



## ★年末年始のお知らせ★

**12月27日(土)～1月4日(日)**まで年末年始でお休みとなります。  
「一時保育」「ファミサポ」のご予約はお早めにお願ひします。  
\*今年も、たくさんの方のご利用ありがとうございました！  
来年もよろしくお願いいたします。

## 11月 ミニ講座を行いました！

講師として 南 恵美子氏をお招きし、「アロマワックスバー作り」を開催しました。たくさんのドライフラワーやアロマオイルからお気に入りを選んで、皆さん素敵な作品を作っていました♪  
ご参加いただいた皆様、ありがとうございました！



～ご感想の一部をご紹介します♪～

\*久々に子どもと離れて、夢中になることができました。  
\*たくさんの材料に選ぶ時からワクワク楽しかったです。  
\*リフレッシュできて、楽しかったです。  
\*とても癒されました。

～リフレッシュの時間、大切ですね♪

## ★ファミサポ会員交流会を開催しました！★

11月29日(土)ファミリーサポートセンター会員交流会を開催しました。今年は、紅やの食堂の中井 貞光氏にお越しいただき、「家庭でも簡単に作れる肉まん・あんまん」を教わりながら作りました。和気あいあいと会員同士の交流も図りながら、美味しくできあがった肉まん・あんまんを一緒にいただきました。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました！

\*引き続き「援助会員」「依頼会員」を募集しています。  
お問い合わせは子育て支援センター (Tel67-2397)、  
登録希望の方は保健センター (Tel67-2321) までお願いします。

