

子育て体験談 事例集

※この事例集は、現在子育て中の保護者のみなさまにご協力いただき作成した内容です。

全てのお子さま、保護者のみなさまに当てはまるものではございませんが、子育ての一例として参考にさせていただければ幸いです。

鹿児島市子どもの安全対策委員会

【お礼】 今回の事例集を作成するにあたり、体験談をお寄せいただきました皆様に感謝申し上げます。
みなさまの体験談が今現在子育てをされている方々に、安らぎと勇気を与えてくださることと存じます。

1歳（男の子）

自分の体調が悪いとき、夫も仕事を休めないため、子どもの世話をする人がいなくて、体調が悪い中、世話をするのが大変だった。（親戚も近くにおらず、頼る人がいなかった。）

→そのまま自分で世話をしたが、一時預かりなどを利用すればよかった。

体調が悪いときは、大変ですよ…そのような場合は、

◆子育て短期支援事業（こども福祉課：216-1260）

保護者が病気等で一時的に家庭での養育が出来なくなった場合等に、児童養護施設で一時的に保護します。

◆ファミリー・サポート・センター事業（226-7855）

育児や家事の援助を受けたい人と、そのお手伝いを行いたい人が互いに助け合うもの（事前に講習会の受講が必要）

◆一時預かり

家庭での保育が一時的に困難となる乳幼児を、昼間において、保育所、認定こども園等で一時的に預かり、必要な保護を行うものです。申込方法や利用料については、希望される施設へお問い合わせください。



（女の子）

1人目の女の子だからと、しっかり育てないと思いついて、「言うことを聞きなさい」「しっかりしなさい」と私の型にはめようとし、怒ってばかりでした。

→今は3人子どもがいますが、少し気持ちに余裕ができたし、そんなに型にはめなくても子どもはしっかり育つなぁと年々思えてきました。まだまだしっかり育てようと思いついて怒って手も出てしまっていますが、深呼吸して落ちついて接したいと思います。

10か月（女の子）

小さいころから動きまわり、かんしゃくも激しく、買い物もままならない状況だった。

→1歳6か月健診の時に相談し、療育へつながった。最初の所は、母子分離で合わなかったが、なかまっちの心理相談や発達気になる子のピアサークルなどに参加したりするうちに、アドバイスや情報をもらい、母子分離ではない療育へつながることが出来た。

現在も困っていることはたくさんあるが、相談したり、支援を受けながら母子ともに成長していきたいと思っている。

1歳7か月（男の子）

おもちゃや食べ物など、とにかく何でも投げて遊ぶので困った。

→固いおもちゃや物などは手の届くところに置かないようにして、下にフロアマットを敷き、食べ物を投げられてもすぐ片付けが出来るようにした。また、投げて当たると危ないことの説明を繰り返して教えた。現在はおさまってきています。

2歳（男の子）

人の話を聞かなかったり、落ち着きがなく、じっとしていない。

→朝食にパンを食べるより、ご飯（おにぎり）を食べるように勧めます。腹持ちも良く、嘔吐事で、あごも鍛えられ、脳の活性化、持久力も出てくるので落ち着いて人の話も聞け行動出来るようになると思います。

2歳6か月（男の子）

弟が遊んでいるおもちゃをすぐにとって遊んだと思ったら、ぼいっとあちこちやったり、隠したりする。

→すぐ叱らずに、見守り、声をかけるようにした。

1歳6か月（男の子）

高いところに上りたがる、柵をしていても椅子を持ってきて越えようとする。

アドバイス

好奇心いっぱいなので、この頃は、何でも見たり・触ったり・乗りたがったりと積極的に行動します。でも、危険なことの判断が出来ません。

事故防止のために、子どもの目線で子どもの興味のある危ないものがないかなど、環境の点検をしましょう。

危ないことをした時は、根気よく、きちんと教えましょう。

4歳5か月（男の子）

言葉が遅く自分の思いが伝わらない時に、かんしゃくが起きてしまうことが多く大変です。少しずつ落ち着いてきましたが、まだおさまらずに悩むことがあります。

→気持ちを落ち着かせられるよう関わっていくようにしている。

発音が悪いところがある。

→しりとりをして遊びながら言葉を直して、正しい物、動物の名前を覚えさせています。

アドバイス

言葉の発達には個人差がありますが、日常生活の中で意識的に、子どもが興味のあることを一緒に楽しんだり、会話をすることで言葉の発達が促されます。

また、子どもの気持ちを大人が代弁することで、思いが伝わったと安心して、かんしゃくが治まってくることもあります。

発音については、子どもに言い直しをさせず、親がゆっくり・はっきりと正しい発音で話しかけてあげましょう。

このままでは心配という場合は、親だけで悩まずに専門家の知恵を借りましょう。

お困りの際は、次の場所にご相談ください。

- ・親子ひだまり発達相談（各保健センター）
- ・乳幼児相談窓口（母子保健課：216-1485）
- ・子育て相談（りぼんかん：812-7741、なかまっち：226-5539、**たにっこりん：266-6501、
なかよしの：243-3255、いしきらら：220-1200**）
- ・ことばの発達指導（心身障害者総合福祉センター：252-7900）



6か月（男の子）

哺乳瓶を嫌がり、母乳しか飲めず…体調が悪い時や用事がある時に困りました。

→体調が悪い時は、一緒に添い寝をして休んだり、用事がある時は、母乳と母乳の間に済ませるようにしたりしていました。

7～8か月（女の子）

大人の取分けメニューが出来るまで、何をどう食べさせたらいいのか分からなかった。

→育児サロンでお母さん達とお話をして、こんなことしているんだとか、色々参考にしていた。

8か月（男の子）

3番目の子どもだったため、上の子どもたちに手がかかり、離乳食作りが大変だった。

→なるべく一緒の食材を使えるように、日々の献立を考えた。

8か月（女の子）

食べむらがあり、野菜をなかなか食べなかった。

→好きな味の魚などに、苦手な野菜を混ぜて食べさせた。

10か月（女の子）

外出の際の食事に困った。大人用とは別だったので。

→テレビでお弁当（離乳食用）を持って外出するのを見て、おにぎりとおかずを小さいタッパーに入れて持ち歩いていたら、いつでもどこでも食事を与えられてよかった。

11か月（男の子）

離乳食の食べる量が少なかったり、なかなか進まなくて悩みました。

→色々な食材を使って試してみたり、冷凍して少しずつ食べさせてみたりしていました。後は、あんまり頑張りすぎないことだと思います。

1歳（男の子）

ストローの練習を始めたけれど、ストロー自体を嫌がって、まったく受け付けてくれない。

→おもちゃ感覚で渡すようにしていたら、時々口に持っていくようになり、一回吸うコツをつかみ、自然と使えるようになった。

1歳2か月（女の子）

なかなか野菜を食べてくれない

→お好み焼きやホットケーキの中に入れると少しずつ食べてくれるようになった。かわいい形にして食べさせた。ジュースにした。

1歳3か月（男の子）

離乳食⇒食べ物の形態がUPしない。

→卒乳・断乳したら、自然と食べ物に興味ができました。

1歳4か月（女の子）

ご飯をほとんど食べなくて、母乳を頻繁に欲しがるので、栄養面で心配になりました。

→昼間の母乳をなるべく減らすように外出を多くし、お野菜は小さくしてハンバーグ等に混ぜるなど工夫しました。

1歳4か月（女の子）

ご飯の時のスプーンの持ち方。

→持ち方によってお箸の持ち方に影響すると聞いたので、気付いた時に持ち方を変えたりした。

1歳（女の子）

なかなか卒乳がスムーズにできなくて、泣いたりぐずったりすると、つい自分の心も折れてあげてしまったり…周りが簡単に卒乳できているように見えて焦っていました。

→まず、他人と比べて焦るのをやめました。イライラせずに少しずつ「もうすぐ、おっばいバイバイね。」と言いながら減らしていき、寝る時だけになり…気づいたら自然に卒乳できました。

1歳9か月（男の子）

おっばいを、なかなかやめられなかったことが大変でした。

→やめると決めた日をカレンダーに丸を付けて、後何日で、「おっばいバイバイだよー」と毎日していたら、なんと、1日で卒乳することができました。1週間は泣くのを覚悟していたのに、あっさりと終わりました。

2歳4か月（女の子）

仕事が忙しく、一緒に食事をとれないせいか、好き嫌が多いです。

→最近、一緒におにぎりを作ったり、台所で一緒に作業をすることで、楽しさから食べてくれたりします。

3歳

お箸を練習してもなかなか上手に使えない。

→時間とともに出来るようになり、そこまで焦って気にしなくても良かったんだと今では感じています。大らかな気持ちで育児をすれば大体のことは良いのではないかと思います。

3歳2か月（女の子）

2人とも4歳になる頃から野菜を少ししか食べなくなりました。

→田舎のひいおばあちゃんの畑に野菜の収穫に連れて行きます。自分で選んで、洗って、袋に入れて…と楽しんでしています。ベランダでトマト、ピーマンも作りました。食べる時も会話がはずんで、いつもよりよく食べています。

4歳（女の子）

嫌いな食べ物を食べさせること。

→これを食べるとお肌がキレイになる、元気になるなど、一つ一つ食べるといいことを教えて、食べてもらう。食べた後、すぐに「あっ、お肌キレイになってるよー」と誉める。

4歳3か月（女の子）

ご飯中、席を離れたり、おしゃべりしすぎたり、時間（30分以上）がかかります。

テレビを消したり、空腹にしたりしているのですが…。

→食事の見た目を工夫する。（アンパンマンの絵を描くなど）好きな味付けで、苦手そうなものも調理する。（醤油、砂糖などの甘辛で。。。）

5歳（男の子）

野菜をあまり食べなかった。

→給食を食べるようになってから、自然と何でも野菜も食べられるようになった。

（女の子）

毎日離乳食で何を食べさせようかと悩んでしまう。色々食べさせたいけど、それだけで作るのには面倒だと思っていました。

→大人のおかずを細かく刻めば食べられそうなものをよく使っていました。

肉じゃが⇒人参、じゃがいもをつぶして、湯を足して味を薄めにするなど。

1歳～6歳（男の子）

なかなかご飯を食べてくれない。

→少食なので、無理なく誉めて食べさせる。苦手なものを食べたら、少し大げさに誉める。

9か月（男の子）

離乳食を食べない。吐いてしまう。

1歳6か月（男の子）

食事の前にお腹がすいて（ぐずって）しまい、少し食べ物をあげると、食事を全部食べられないなどがある。

2歳（男の子）

離乳食をせっかく作っても食べてもらえず大変だった。

アドバイス

「離乳」は、母乳や育児用ミルクから、幼児食に移っていく過程です。

赤ちゃんの様子を見ながら、少しずつ食べ物のかたさや量、種類を増やしましょう。

嫌がったり、食べなかったりすることもあります。離乳食の進み具合や量には個人差があります。ゆっくり、無理強いしないようにしましょう。

まずは、食事時間が空腹になるように、生活のリズムをつけることも大切です。

「食べる」という楽しい経験を増やし、「食べる力」を育みましょう。

もしお悩みの場合は、一人で悩まずにご相談ください。

保健センターや各支所の保健福祉課、福祉館等で育児相談を実施しています。

母と子の健康や育児に関する相談、子どもの身体計測（身長・体重）、参加者同士の交流など、保健師・助産師・栄養士・歯科栄養士が相談に応じます。

開催場所・日時は、各保健センター・各支所保健福祉課へお問い合わせください。

市ホームページでもご案内しております。

→ で検索してください。

1か月（女の子）

初めての子どもで、なんで泣いているのか分からず、余裕もなくけんしょうえん腱鞘炎になるほどあやし通しだった。精神的・体力的にも辛かった。

→大きくなり、性格も分かるようになると、少し怖がりなところがあることが分かった。小さい体で、色々と外の刺激に驚いていたのだと、今となっては思える。もう少し考えすぎず、大らかな気持ちで接することができればよかったのかもしれない。

1歳11か月（女の子）

イヤイヤ期の子どもの対応

→親の意見を押し付けない。無理にさせようとしない。

1歳11か月（女の子）

下の子どもが産まれて、ママをひとりじめ出来なくなったことに気持ちの整理がつかないようでした。

→パパや祖母に協力してもらい寂しい思いをしないようにしました。

1歳11か月（女の子）

イヤイヤ期に入り、毎日少しのことで泣き、抱っこを要求する。

→抱っこを要求する時は、出来る限りしてあげる。

2歳（男の子）

イヤイヤ期に入り、着替えもしたがるなくて、出かける準備が大変だった。

→服を2つ出して「どっちがいい？」と聞くと、選んで着替えてくれるようになった。

2歳7か月（男の子）

残業続きで一緒に過ごす時間がなく、寂しい思いをさせていた。子どもが怒ったり、愛想笑いをすることがあったりしたので、情緒不安定なのではないかと悩んだ。

→「お休みが取れるようになったら旅行に行こうね。」と約束し、一緒に頑張ろうねと話をした。何か言いたいことがある？と、子どもの気持ちを聞くようにした。時々、グューっと抱きしめてあげると嬉しそうだった。

2歳8か月

イヤイヤ期で自己主張が強い。

→一呼吸（10秒くらい）おいてから行動するようにした。やりたい事を少し気長に見守るようにした。

3歳（男の子）

イタズラ期なので、次から次、もーイライラです。それに対して私が暴言、手を出すこと。

→お友達への相談

4歳（男の子）

マイペースな性格で食事に時間がかかり、朝は保育園へ行く準備がなかなかできず、大変でした。

→文字（ひらがな）、数字に興味を持ち始めた頃だったので、部屋の壁に、準備するものや時計の絵を書いたものを貼りました。それを見て声をかけていたら、少しずつ一人でも出来るようになりました。

4歳（女の子）

保育園に入園して半年、親と離れる時泣いていました。

→先生に、パーっと預けて帰っていました。大きくなって娘に聞いてみると「お母さんと離れるのが寂しかった」、「保育園は、すごーく楽しかった」と答えてくれました。

4歳（女の子）

人見知りの強い子で、人前に出るのが苦手が無口でした。

→幼稚園の先生が、行事ごとに舞台上であいさつする役をくださったり、先生の仕事のお手伝いを頼んでくださったりしているうちに、自分に自信をつける事が出来た様で、小学校へ上がる頃は人見知りも克服していました。親の努力だけではできない事なので、周囲の人の理解と出会いに感謝しました。

4歳2か月（女の子）

下の子が産まれてから赤ちゃん返りし、出来ていたことをしなくなったり、下の子をいじめたり。

→下の子より先に上の子の話を聴くようにした。そうすることで、下の子をかわいがり、下の子を抱っこしてもいいよと言うようになった。

5歳（男の子）

保育園に入園して、かばん棚の整理ができない息子にビックリしました。

→今までの子育てを反省しました。親が「手をかけ過ぎていた」ことを反省して、「出来る事は自分でさせよう」と思い、最初にゆっくり教え、出来るようになるまで近くで声かけをするようにしました。

トイレトレーニングや歯みがき（仕上げみがき）、偏食等、2歳のイヤイヤ期ごろから、情緒不安定になったり、扱いが大変でなかなか上手くいかず悩んでいた。

→りぼんかんや地域子育て支援センターの活動に参加したり、相談して話をゆっくり聞いてもらうことで大変気が楽になった。実際の対応法も的確にアドバイスしてくださり、ゆったりした気持ちで成長を見守る余裕ができた。

1歳（男の子）

6か月からずっと人見知りが続いて、家でも私が見えなくなるとすぐ泣いたり、追いかけてくる。

→まだ、うまくいきません…

アドバイス

6か月頃になると、いつも身近にいる人、見知らぬ人との区別がつくようになります。お母さんが見えなくなると泣いたり、追いかけてくる時は、「お母さんはここにいるよ」と声をかけて安心させましょう。この時期があるからこそ、「お母さん」をより身近な人として求め、大切に思う気持ちが育ちます。成長とともに人との関わりも増え、次第に人見知りも治まってきます。

4歳2か月（女の子）

子どものワガママに対して、自分に気持ちの余裕がない時は、ついイライラして怒ってしまう。

アドバイス

気持ちに余裕がない時、ついイライラして怒ってしまい、その後で自己嫌悪になってしまう事は、よくあります。自分に合った解消法を探してみませんか。

自分の気持ちを落ち着かせるために、深呼吸をしたり、少し距離を置いたり、イライラを募らせないために、相談相手を持つ、自分の時間を持つなど、リフレッシュすることをお勧めします。しかし、危ないことはしっかりと教えてあげましょう。



1歳6か月（女の子）

上の子が、なかなかオムツが取れず大変だったので、早めにできないかと考えていた。

→1歳半から家では普通のパンツをはかせていた。毎日、何度も何度も失敗しましたが、ちょうど2歳で完全にオムツがはずれた。家の中はカーペット等は外し、いつでも掃除が出来るようにしていました。オムツやトレーニングパンツに頼らない分、早くできたのかな…

1歳6か月（女の子）

みんな上手にトイレトレーニングが出来るのに、上手く出来ない。

→焦らず、子どもに合わせて、オマルに座る事から始めて、少しずつ慣らしていく。“おしっこしーしー”の絵本等を活用して興味を持たせ、無理なく練習していけばいいと思います。

2歳（女の子）

おむつをはずしたくて、トイレに連れて行くけれど泣いて嫌がり、なかなか先に進みませんでした。一回私ではなく、夫に連れて行ってもらうとすんなり。無理やりしたのがまずかったです。

→おむつはずしは上の子、下の子とも1週間くらいでトイレでするようになりました。自分でトイレに行く！というのを、じっと我慢強く待っていたように思います。やはり、無理やりは逆効果ですね。

2歳（男の子）

トイレトレーニングを始めるのを嫌がりました。

→大好きなキャラクターのパンツを用意して、トイレもそのキャラクターで飾りまくってトイレに行きたくなるように仕向けました。おしっこ成功したら、シールも貼りました。

2歳（男の子）

トイレトレーニングがなかなか進まない

→気長に行っています。

2歳（男の子）

トイレトレーニングを始め、パンツをはかせるようになると、出そうになる時は自分でオムツにはきかえ、なかなかトイレには行かずにいた。

→無理にではなく、本人のタイミングなど様子を見守っていたら、自然とトイレに行くようになり、それからはパンツで過ごしてもほとんど失敗はなかったです。

2歳（女の子）

周りがトイレトレーニングをしている時に、全然何も反応がなかった。トイレを嫌がった。

→洋式用のオマルを購入、うんちをしそうな時に、オマルに座らせて、頑張れーと声をかけながら、出た時に、誉めた。とにかく誉めた。4月保育園に入園すると、周りの友達もしているの、見ているうちに、すぐ出来るようになり、2歳半でパンツで過ごせるようになった。

2歳6か月（女の子）

トイレトレーニングが進まなかった。

→トレーニングパンツをはかせずにパンツにしたら、漏れることに気づいて自分から言うようになった。

2歳6か月（女の子）

トイレトレーニングを始めたけれど、なかなか上手くいかず、焦ったりした。

→トイレの時間になったら、その頃好きだったアンパンマンの曲をかけたり、上手にトイレでおしっこ等が出来た時には、ご褒美シールをあげたり、トイレに行くことを楽しい時間に思ってもらえるように工夫した。あと、出来た時には一緒に喜んでいっぱい誉めた。

2歳6か月（女の子）

トイレトレーニングを始めるのが遅くなり、つい仕事で遅かったり忙しいと、オムツに頼っていました。親戚の集まりなどで「まだなの？」と言われることがストレスでした。

→「なんでできないの？」と言ってしまふことがあったので、それをやめました。私が行く時にトイレと一緒にいたり、トイレットペーパーで遊んだり、お水を流すことだけのために行きたがることもありました…それでも行きたがれば一緒に行って座らせるようにしました。

2歳10か月（女の子）

トイレトレーニングがうまくできない。

→お姉ちゃんがトイレしてるところを見せる。パンツをはかせて、濡れて気持ち悪いという感覚を体験してもらう。2時間ごとに声掛け、上手くできたら大げさに誉めまくる。

2歳10か月（男の子）

保育園では自分でトイレに行けるようになったのに、自宅トイレでおしっこやうんちをしたがらず、トイレトレーニングが進まない。

→トイレでおしっこができた時に、カレンダーにシールを貼るようにしたら、1回目「トイレ行く？」と誘って「イヤ！」と断られても、「シール貼れるよ！」と言うと、「シール貼るー」とトイレに行くようになった。カレンダーのその日の日付に貼り、少しずつ、日や曜日を教えている。

3歳（女の子）

トイレトレーニングを始めたが、なかなかタイミングが上手くいかず失敗した。

→トイレトレーニングも毎日じゃなく、本人が頑張れる日だけ頑張ってやっていたら、成功することが多くなって、失敗がほとんどなくなった。

3歳（男の子）

集団生活に入る頃になっても、大便をオムツにしかない。おしっこは大丈夫なのに、便意を感じるとオムツにはき替え済ませる。

→周りのお友達への配慮を先生に話をし、落ち着いた雰囲気の中で、ゆったりと見守るように心がけていた。これといった解決法は無かったような気がするが…いつまでも続くものではないので、長い目で見守ることが大事だと思った。

3歳（男の子）

なかなかおしっこ伝えずに、便器に座ることを嫌がった。

→おしっこをトイレでするために、毎朝起きてすぐにトイレに座らせて、出た時はたくさん誉めた。おしっこが出るという感覚を覚えさせて、オマルは使わなかった。トイレは、かわいいキャラクターの絵を壁に貼ったり、人形を置いてあげて、行きやすく明るくするよう気をつけた。

3歳1か月（女の子）

来年、幼稚園入園なのにトイレトレーニングが進まない。甘えが激しい。

→せかさずに、出来る時を待つ。

3歳2か月（女の子）

トイレトレーニングが上手くいかず、親もイライラして怒ってばかりいました。

→中断してお互い気持ちに余裕ができてから再開しました。パンツを薄い普通のパンツにしてお姉さん意識を持たせました。

トイレに関すること

3歳3か月（女の子）

トイレトレーニングでお漏らしはしないが、トイレになかなか行きたがらない。

→トイレにシールを貼ったりして、なるべく「行きたい」と思えるように工夫した。

3歳9か月（男の子）

2歳6か月からトイレトレーニングを始めたが、まだ終わりが見えない。

→こまめな声かけをしている。

4歳（男の子）

おむつが完全にとれない。

→そのうち気付いたら、とれていた。

5歳2か月（男の子）

トイレで、ウンチはきちんと出来るのに、おしっこがちゃんと出来なかった。

→トレーニングパンツにして「濡れたら気持ち悪い」ということを分かるようにしていたら、少しずつ出来るようになった。そして、よく誉める。そうしたら調子よく、出なくてもトイレに行くようになった。



0歳（男の子）

なかなか寝てくれない。

→睡眠不足でイライラもしていたので、主人にも協力してもらい、少し寝かせてもらって、お互いに寝られるようにしました。断乳をしたら、ぐっすり眠ってくれるようになった。

2歳（男の子）

夜なかなか寝てくれなくて大変でした。

→ひたすら子守唄を歌ったり、時には車に乗って夜中にドライブもしました。けれど結局、朝起きるのが遅いのが原因だったので、起きる時間を少しずつ早めていったら自然と夜も早く寝てくれるようになりました。

2歳（女の子）

夜泣きをさせないための、昼間の時間の作り方や行動に苦勞した。

→昼寝は13時～15時の間に必ずさせた。それ以上はさせなかった。夜は9時までに寝かせ、朝も早く起こした。必ず真っ暗の中で寝かしつけをし、たとえ途中で泣いても抱っこして寝かさず、お布団に入った状態で寝かした。（根気が必要だけど…）抱っこや車で寝かせると、それを求めて途中で起きてしまうので。子どもも布団で寝ることに慣れてくれる。泣いても。

2歳10か月（男の子）

断乳をしてから、眠るまで絵本の読み聞かせをさせられました。ひどい時は、午前3～4時まで。二人目の妊娠でつわりのひどい時で大変な思いでした。

→2人目が産まれてから、いつの間にか電気を消すと寝てくれるようになりました。かまってあげられなくて、諦めたのかな。

3歳5か月（男の子）

朝がなかなか起きられず、朝ご飯を食べさせるのに一苦勞です。夜もなかなか寝ません。9時頃から寝かしつけても11時頃までかかることもしばしばあります。

→夕食→お風呂→寝る、のリズムが早い時間（理想は18時頃）から作れたらいいのですが、なかなか思うようにはいかず。夕食が19時を過ぎるとバタバタとなり、21時になり「わー大変！寝なきゃー!!」と寝かしつけるので、なかなか寝れないのかもしれない。夜に会議で出かけたりすると、さらに遅くなるので、なかなかです…母が2人いたらいいのにと思います。

4歳

眠る時の指しゃぶりがなおらない。

→時間とともにやめられるようになり、そこまで焦って気にしなくても良かったんだなど今では感じています。大らかな気持ちで育児をすれば、大体のことは良いのではないかと思います。

2か月（男の子）

昼寝の時。ずっと抱っこひもで抱っこかおんぶ。布団におろしたら起きる。

（～1歳3か月頃まで）

アドバイス

体が触れ合っている抱っこやおんぶは、子どもにとって心地よく安心感があるようです。布団に寝かした後、しばらくそばにいて体に触れてあげたりあやしたりすると安心して寝ることもあります。

一日の生活リズムや寝る部屋の明るさはどうか、布団は冷たくないか確認したり、抱っこしている時、背中に毛布やバスタオルを当てておき、そのまま包んで寝かすなど、「また泣くかな？」と不安がらずに、色々チャレンジしてみましょう。



1歳（女の子）

アトピー体質で皮膚が弱く、夏も冬もスキンケアには気を遣いました。その後、喘息という形でアレルギーが残りましたが、“体力がつくのを待つ”その間は、本当に病院と縁の切れない日々でした。

→体質だもの…いちいちヤキモキしてもしようがない！とドーンとした気持ちで対処していくことが良いと思います。なったらどうしよう…ではなく、なったら考えよう…という病気への受け止めの方が子どもへもストレスがかからずによいこともあると思います。（いつも母親がハラハラドキドキしている方が子どものためによくないような。）

5歳6か月（女の子）

勉強嫌い

→毎日2枚ずつプリントをすることを習慣にした。続けることで習慣になり、自らするようになった。

6歳（女の子）

指しゃぶりがなおらない。

→もう物事が分かる歳なので「秋までに治らなかつたら病院へ行く」の一言で、2日で治りました。

7歳2か月（男の子）

言葉遣いがだんだん悪くなってきているのが気になります。

→その都度、言葉の遣い方を正すように声をかけています。

2歳（男の子）

その時期、時期でどうやって遊ばせれば喜ぶかとか間を持たせるのが大変。

アドバイス

2歳になると活動が活発になり遊びもダイナミックになります。その場でジャンプしたり、ソファーや低い椅子から飛び降りたり、周囲をハラハラさせる場面も多くなり、家の中の遊びだけでは満足しないようになります。外遊びを取入れて一緒に楽しみましょう。りぼんかんなどの市の子育て支援施設を利用してみませんか。遊びのヒントがもらえますよ。

今は情報量が多すぎて、どうしたら良いか分からなくなる。子どもは個人差があるので、本のおりにはいかない。子育て経験者（親、姉妹）のアドバイスの方が解決に繋がった。ママ友との交流も大切だが、お友達と我が子を比べない事！！

また、スキンシップを心がけました。中学生になっても、1日1回はひざに抱いて背中を撫でていました。母親の手のひらの温もりは忘れないと思います。

夢すくすくねっと (http://kagoshima-yumesukusuku.net/)

鹿児島市では、子育てに関するさまざまな情報が一目で分かるポータルサイト「夢すくすくねっと」を開設しております。

イベント情報や施設情報、メールによる子育て相談や子育て情報のメール配信の登録なども可能です。

【問い合わせ：すこやか子育て交流館「りぼんかん」】



鹿児島市の子育て支援施設 [開館時間:午前9時から午後5時まで]

りぼんかん (与次郎1-10-7 :812-7740)

なかまっち (中町4-13 :226-5539)

たにっこりん (西谷山1-3-2 :266-6501)

なかよしの (吉野町3256-1 :243-3255)

いしきらら (下伊敷1-10-3 :220-1200)

利用条件：対象は、未就学児とその家族、妊娠中の人など
(「りぼんかん」のみ、小学3年生まで利用可能)
入館は無料。ただし、利用証又は申請書への記入が必要

各種イベントや
子育てに関する
相談も行ってい
ます！

一時預かりもOK！(※「なかまっち」では行っていません)

【子どもの年齢】2ヶ月から就学前まで

【預かり時間】午前9時から午後4時30分まで。1週間に2回まで利用できます。

【使用料】一人1時間500円(減免制度もあります)

【予約】市内在住の方は2週間前、市外在住の方は1週間前から予約可(当日も空きがあれば受付可)

(注) 預け入れ前に、あらかじめ事前面接を行います。

(注) 当日の健康状態によっては、お預かりできない場合もあります。

～鹿児島市子どもの安全対策委員会～

(鹿児島市 こども政策課)