



おいっちにっさん！

みんなであそぼ、0123

～0123広場運営委員会だより～ 第1号



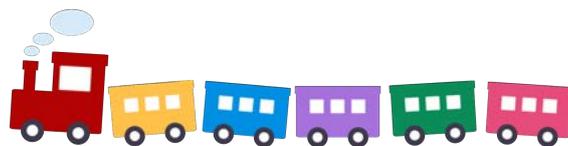
0123広場が再開して1ヶ月が経ちました

0123広場を利用してくださる皆さま、いかがお過ごしですか？ 3月から約3ヶ月の休館期間を経て、6月から0123広場が再開しました。3ヶ月の間、みなさんがどんな風にお家で過ごしているのかなといつも思っていました。これまで以上に手洗いや体調管理などは必要ですが、0123広場が子どもたちや保護者のみなさんにとって、楽しくワクワクして、ホッとできる、困ったことや心配なことを少し誰かに打ち明けられる、そういう場であり続けて欲しいなと思っています。

0123広場は20年前に市民の声を受けて、市民が作り上げた大事な茅野の財産だと思っています。ぜひ、これからもみんなで素敵な0123広場を作っていきましょうね。

鍋島志穂（0123広場 運営委員会 委員長）

赤い電車が走る屋根付き公園ができるまで



0123広場 運営委員会副委員長 依田京美

約20年前、今でこそ、0123広場や地区子ども館、図書館や公園、保育園の開放など施設や事業の充実が図られてきていますが、それまでは、特に冬場どこにも出かけられず密室の子育てに悩む方が数多くいました。そんな時「茅野市に子育て支援センターを！」という提言が出され、市民と行政と一緒に実現に向かって動き出しました。

設計にあたっては、多くの市民がかかわってきました。0123広場運営委員会はもちろん、子育て中の方の声を集めたり読り一むinちのやおもちゃ図書館など子育てにかかわる活動をされている方にも一緒に考えていただき、先進地への視察にも出かけました。

「親子にとってどんな絵本を揃えたらいいか」「子どもが触れるものだから質のいい木のおもちゃにしたらどうか」「子ども目線で考えると…」など広場の備品やレイアウト・床や壁の材質までこだわりました。

こうして2002年に誕生した0123広場は、市民の声と行政のサポートそして利用者とともに成長してきたのです。

0123広場は「市民が考えたものを市がつくって、みんなで創り上げていく」施設です。使用ではなくぜひ活用してください。創りあげるのはあなたです。



～不安なこと・困っていることはありませんか～相談BOXより：



～2歳7ヶ月のお子さんについて質問がありました～

Q1:子どもの食事について、食べたいと欲しがるものを与え続けてもいいのでしょうか？バランスよく食べなくても大丈夫でしょうか？

A1:

偏食についての相談ですね。まず食事の話をし、続いて偏食について考えてみたいと思います。哺乳から食事に代わっていく時には、食事が「楽しいこと」と思ってもらえることが大事です。そのため遊び食いになっても、手づかみで汚しながら食べても、その中で色々な食材を食べさせるようにしてきたことと思います。お子さんは2歳7か月ですので、イヤイヤ期の後半かなと思います。2歳という時期は好奇心がとても旺盛で色々やりたがる時期でもあります。食べ物も「遊び道具」になってしまいます。そのため、出来れば子どもの興味を引くようなテレビを消したり、おもちゃをしまったりして落ち着いて食事ができる環境づくりが必要になります。子どもは大人の真似をしたがりますから、ご両親が横に座るなど真似をしやすい環境にして食事時間も30分程度で「ごちそうさま」にしたらどうでしょう。食事前に運動をしたりして空腹になってから食事を摂るようにすることも大切です。間食や飲み物でお腹がいっぱいということはありませんか。

次に偏食についてです。こどもの中には、初めて食べるものに抵抗を示す子や、色や味、舌触りなどで抵抗感を持ち同じものばかりを食べたがる子もいます。〇〇を食べなさいという大人の神経質な対応は嫌いな食べ物を意識させてしまいます。おらかな雰囲気ですら食事を楽しくする環境作りをしましょう。保育園だと家では食べないものも食べるという話をよく聞きます。外食や弁当形式にしたらどうか、同世代の友達と一緒に食べるようにしたらどうか、時には料理のお手伝いをしてもらうなどして食事への好奇心を持ってもらうなどの工夫をしても良いと思います。嫌いなものをわからないように細かく刻んでごまかすような調理をしても味に敏感な子に食べさせるのは難しいようです。その物が食べられるように形の工夫、星形や好きな車の形など工夫してみたらどうですか。過去に受けた良くない印象や連想による食べず嫌いなどは食感やイメージが変わると食べられるようになることが多いそうです。ところで、身長、体重の増加はどうでしょうか。順調に成長しているようであれば栄養のことはあまり神経質になる必要はありません。一食一食バランスよく食べるのは理想であって、きちんと成長していればそれほど心配する必要はないと思います。保育園に入ってバランスの良い食事を摂れるようになれば良いと考え、一足飛びに理想形まで持っていくのではなく、今は色々なものを食べられるように工夫をしてあげることです。なかには感覚過敏、こだわりが強く偏食になっている子どももいます。心配でしたら医師に相談をしてみてください。



Q2: 子どもに少し落ち着きがないような気がします。

母と二人で手を繋いでスーパーで買い物はできるのですが、父も一緒だと楽しいのか言うことを聞いてくれません。注意するとお店でギャーギャーしたり泣いたりして困ってしまいます。これも落ち着くのでしょうか。

A2:

落ち着きがなく多動であること、注意するとギャーギャー泣いたりして困ってしまいますと書かれています。発達障害を心配されているのでしょうか。しつけについて困っていらっしゃるのでしょうか。

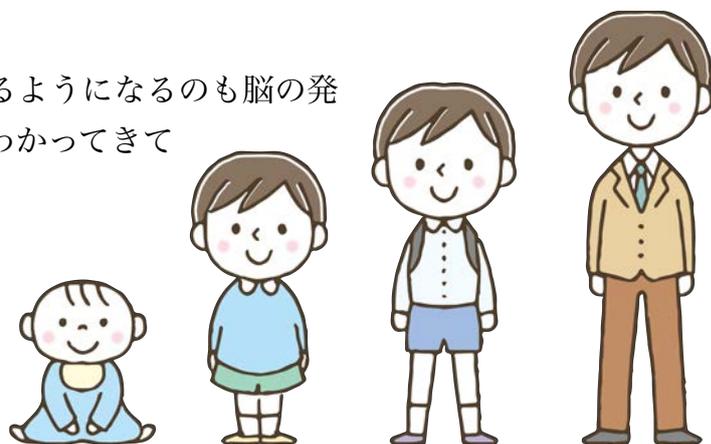
発達に偏りのある子がいることがわかっています。多動性がめだったり、自閉的であったり、特定の学習領域が苦手であったり様々なパターンがあります。そのような時にはそれぞれの特性に合わせての療育をしてあげることが望ましいです。ただ、2歳の子は基本的にはみんな多動です。周囲のものに興味を持ち色々なことをして遊び、体験し、言葉を獲得していく時です。運動能力が増し、手先が器用になり、次々に言葉を覚え、その変化に親御さんもびっくりすると思います。それだけ急速に色々なことが出来るようになっていくときですから、周囲の刺激に反応して行動してしまうのは当たり前です。一方で危険もあるので行動を抑制できるように少し我慢をするしつけも必要になり始める時です。

お母さんと一緒の時と、お父さんと一緒の時で行動が変わっていると書かれています。これは、人によって対応を変える社会性を身につけているとも言えます。

「ギャー」と泣いて困るとのことですが、以前に子どもが欲しいものを手に入れる時に「ギャー」と泣いて手に入れることが出来たという成功体験はないでしょうか。「ギャー」と泣けば手に入るという経験をしていると、次に欲しいものを見つけたときにも同じ行動をとります。お父さんとお母さんが同じ基準で子どもの欲求に答えるように意見交換をしておくの良いと思います。どのように接すればよいかについてはインターネットで「子どもたちに肯定的な注目を」と検索すると1枚のリーフレットが出てきます。それを参考にしてみてください。基本は好ましくない行動は無視をして、好ましい行動に誘導して褒めることです。お店に入る前にお約束をして、我慢出来たら褒めてあげる。ギュっとしてあげる。などしながら少しの我慢が出来るように対応したらどうでしょうか。少しの我慢ができるようになってきた姿を見て、大人は子どもが落ち着いてきたと感じるのだと思います。

(行動について書いてきましたが、実は我慢できるようになるのも脳の発達です。年齢により脳も成長を続けていることがわかってきています。)

(0123広場運営委員会 副委員長 小児科 武井義親先生)





0123広場運営委員からのメッセージ

エ！ 0123広場が休館！！考えてもいない事でした。

みんなどんな日々を送ってきたの！子どもの気持ち、ママの気持ち等、どうしていたのかなと……。そんな休館中も頑張ってきたママ達。

以前の広場とはちょっと違ってはいますが・・・マスクをつけ、お互いの間隔をとり、健康チェック等等、 安心・安全の広場が待ってますよ。

思いもしなかった “コロナの関係” で、生活を見直すきっかけ、健康の大切さを意識し、改めて<やっぱり人と触れ合うことが心を元気にしてくれる、とても大切なこと>だと感じています。

0123広場で逢いましょう。

長田泉（0123広場 運営委員・初代館長）

～不安なこと・困っていることはありませんか～

子どもを遊ばせていると、紙に書いて相談BOXに入れることが難しい、という声にお応えして、インターネットから質問やご意見を書き込めるようにしました。

こちらのQRコードから質問用紙に飛べます～！

