

ほけんニュース

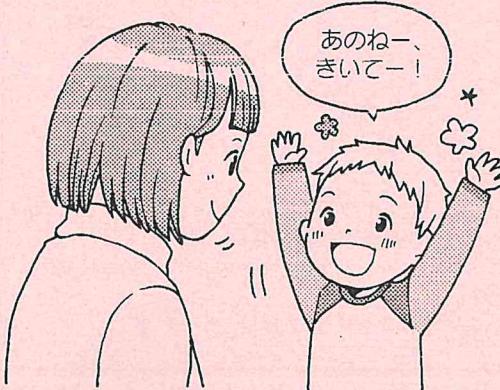
～人とのかかわり～

話を聞く力を育むために

子どもには、人の話をきちんと聞けるようになってほしいと感じている保護者の方も多いかと思います。子どもたちは、日頃からおとなとの姿を見ているのです。まずは、周りのおとなが子どもの話を聞いてあげて、話を聞いてもらうことのうれしさを体験させるようにしていかがでしょうか。

ポイント

（！）子どもの話をゆっくり聞いてあげてください



話を聞く力を育むために必要なのは、自分が話を聞いてもらえたうれしさや安心感などを体験することです。それが、人の話を聞くという姿につながります。まずは、おとなが子どもの話をゆっくり聞き、思いを受けとめてあげることが大切です。子どもが話しかけてきた時は、ていねいに話を聞きましょう。話をよく聞いてもらうことができると、子どもの心も満たされます。

話を聞く時には……



子どもが話しかけてきた時に、家事などの途中で、すぐに対応できない場合もあります。そんな時は「あっちいって」などではなく、「お皿を洗っているから終わったら、すぐに聞くね。少し待っててね」などと子どもに伝えます。ゆったりした気持ちで話を聞くことができる状況をととのえましょう。

あらゆる場面で語りかける



乳児は、言葉で気持ちを表現することはできませんが、それでもおとなは子どもに話しかけ、子どもの気持ちを察して言葉で表現してあげましょう。

そうすることで、言葉を覚える基礎になり、気持ちに応えてくれて、うれしいという体験にもつながっていきます。

絵本の読み聞かせで

友だちの気持ちを考えるきっかけに

お子さんが友だちとのコミュニケーションについて考える機会になるよう、友だちとのやりとりをテーマにした絵本と一緒に読んでみませんか？

- ★『おすわりくまちゃん』
シャーリー・パレントー 文 ディヴィット・ウォーカー 絵
福本由美子 訳 岩崎書店刊
- ★『コッコさんのともだち』
片山健 作・絵 福音館書店刊
- ★『ともだちくるかな』
内田麟太郎 作 降矢なな 絵 偕成社刊
- ★『きもち』
ジャン・ケイン 作 いしい むつみ 訳 少年写真新聞社刊



花粉症の季節！ 対策はできていますか？

スギ花粉などによるアレルギー性鼻炎（花粉症）が多くなる季節です。幼児のうちから花粉症の症状が見られる場合が多くなっています。早めの対策をするようにしましょう。

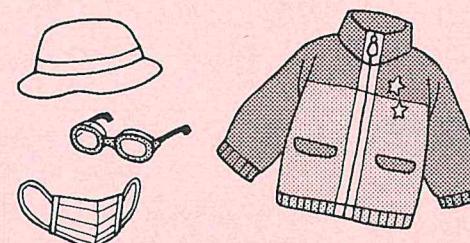
花粉症とかぜの季節は重なります！

花粉症チェック

- 水っぽい鼻水が頻繁に出る
- 鼻づまりがある
- くしゃみが頻繁に出る
- 目のかゆみや充血がある
- 鼻のまわりなどにかゆみがある
- 熱はない
- 毎年、同じ時期に症状が出る

スギ花粉症は1月下旬頃から飛び始めるため、花粉症の季節とかぜの季節は重なっています。鼻水が出るけれど、かぜなのか、花粉症なのかの区別がつきにくい場合があります。そんな時は、左のチェック項目を参考にして、確認してみましょう。チェックに当てはまつたら花粉症の可能性が高いです。どんな症状が出ているかを確認して、病院を受診する場合は医師に伝えましょう。

花粉を避けるために



花粉を避けるためには次のようなことに気をつけます。外出をする時には、マスクや眼鏡をかけ、帽子をかぶり、上着は花粉がつきにくい素材のものを着るようにします。また、室内に花粉を持ち込まないためにも、家に入る前に洋服などについた花粉を払い落とすようにします。そして、家に入ったら手や顔を洗い、うがいをして、花粉を落とします。