

ペアレントトレーニング 参加者募集

問い合わせ 福祉課 家庭児童相談室
☎2151

☎2151

「子どもが言うことを聞かない」「困った行動にイライラしてつい怒鳴ってしまう」「褒めて子どもを育てたいけど、どうやって褒めたらいいかわからない」。ペアレントトレーニングはそんな悩みを持っているお父さん・お母さんのための教室です。

子どもとうまく向き合うためのちょっとしたコツを一緒に練習してみませんか。他の参加者の話が参考になったり、「うちの子だけではないんだな」と気持ちになるかもしれません。気軽に参加ください。

ところ サントピア大竹
対象 5歳〜小学2年生までの子どもを持つ市内在住の保護者で、全6回の講座全てに参加できる方
定員 6人

申し込み 9月30日(金)までに電話で家庭児童相談室へ。

※ 受講の可否は電話で連絡します。また、無料託児がありますので、必要な方は申し込みのときにお伝えください。



	とき	内容
第1回	10月11日(火)	子どもの行動を3種類に分けましょう
第2回	10月25日(火)	好ましい行動をタイミングよく褒めましょう
第3回	11月8日(火)	効果的な指示をマスターしましょう
第4回	11月22日(火)	好ましくない行動はしらんぷりで
第5回	12月13日(火)	落ち着きを取り戻そう
第6回	平成29年1月17日(火)	今までの学びのフォロー会です。お楽しみに！

※ 時間は全て10時〜12時です。

子育てのアドバイス

No.18

腹ばいとハイハイについて

問い合わせ 子育て支援センター ☎00021
福祉課 ☎2148

腹ばいを嫌がりません。ハイハイができるようになりますか。

アドバイス

一般的に赤ちゃんは首がすわると寝返りを始め、横に動けるようになります。寝返りをしやすくすると、次はずりばい運動、ほふく前進の格好でお腹を床につけて前後や斜めの運動をします。その後ハイハイにつながり、必要な筋肉が鍛えられ、歩行の準備段階に入っていきます。

赤ちゃんは、視野が広くなり、手も自由に使うことができる抱っこやお座りの姿勢が大好きです。しかし、抱っこばかりされると、赤ちゃんは腹ばいの姿勢がなくなり、苦手になります。



一定時間継続して腹ばいで遊べるようにするためのポイントを紹介します。まずは、興味を示すものを、手を伸ばしたら届くところに置きましょう。そして、手が届いたらオーバーなくらいたくさん褒めてあげると、赤ちゃんは嬉しくなり、またやってみようという気持ちになります。そのような赤ちゃんの気持ちを大事にしながら、腹ばいで遊ぶ時間を少しずつ延ばしましょう。

その後、少し手を伸ばして進めば取れる距離に好きなおもちゃを置き、ハイハイができるよう誘っていきましょう。段差を乗り越えたり、スロープを登ったりと楽しさを工夫し、親がハイハイをして見せることも効果的です。

個人差がありますので、ハイハイをせずにつかまり立ちを始めるなど、順番が違うこともあります。焦らず、慌てず、赤ちゃんのペースで親が楽しんで声をかけて、赤ちゃん遊びながらやさしく見守っていく姿勢が大切です。

腹ばいやハイハイ期は短いですが大切にしたい時期ですね。