

# 「イクケン香川」子育てでカレッジ

## プレパパ・プレママ学科



日時 ● 11月3日(祝) 11:30～12:40  
 会場 ● 高松テルサ(高松市屋島西町)  
 対象 ● 結婚・妊娠・出産を控えた夫婦・カップル  
 参加人数 105名

第21回いいお産の日  
 in 高松 (10:00～15:00)  
 の会場内で同時開催。



### 【講演】子育ての「？」みんなで楽しくひと工夫！

～目からうろこの子育てポイント～

香川大学医学部 小児科専門医

NPO 法人親の育ちサポートかがわ 理事 鈴木 裕美先生

### 「前向き子育て」の5原則

講演前半では、DVDで子育てのワンシーンをいくつか見ながら、例えばおもちゃ売り場で「これ買って～！」と駄々をこねる子どもにどう対応するか、言葉のかけ方について考え、自分の子育てを振り返りました。

さらに下記の「前向き子育て」の5原則について、具体的な例をあげながら説明がありました。

1. 安全・安心して過ごせる環境作り
2. 積極的に学べる環境作り
3. 一貫した分かりやすいつけ
4. 現実的な期待感を持つ
5. 親としての自分を大切にする



#### 【講師紹介】

香川大学医学部 小児科専門医。  
 3人の子育てをしながら専業主婦として10年間過ごした後、医学部に入り、医師免許を取得。家庭の主婦としての経験と、医師としての知識や経験を生かして、「トリプルP、前向き子育てプログラム」の講座を各地で実施。

### 子どもが安心して失敗し、自分から学ぶための言葉がけ

1つめの「安全・安心して過ごせる環境作り」については、「失敗してもいいんだよ、大丈夫」という言葉がけの重要性について話がありました。子どもは何度も失敗を繰り返しますが、「失敗しても、間違ってもOK」と伝え続けることで、子どもは**“安心して失敗”**できるということ。「もう！また失敗して！」「何度言ったら分かるの」など、否定的な言葉を使っていると、子どもは失敗を恐れて新しいことにチャレンジできず、失敗しないために何もしなくなってしまう。

「積極的に学べる環境作り」では、子どもが関心・興味を持ったことに、親がどんな言葉をかけるのが良いかを考えました。もし、親自身が興味を持っていないことに子どもが興味をもった場合も、(例えば、虫嫌いなママが子どもの虫集めに対して)「面白そうだね」「いいね、やってみたら」といった前向きな言葉がけをすれば、子どもはさらにやる気を出して自分から学んでいきます。子どもが何に興味を持っているのかをよく見て、何が面白いんだろう？と、その興味に寄り添う、関心を持つことが大切だということです。

### 前できなかったことができるようになる＝それが「成長」

「現実的な期待感を持つ」というテーマでは、**子育てをたし算で考えよう**、とお話がありました。他の子やきょうだいと比較したり、こうなったらいいのという理想と現実のギャップではなく、“できるようになったこと”に注目します。できるようになったことの積み重ねが「今」である、という視点を持つことは、子育てのどの段階でも大切なポイントです。



## 一番重要なのは、「親としての自分を大切にする」こと

子どもが小さい時は、子どもが優先になり、自分のことが後回しになってしまいます。「前向き子育て」の1～4の原則は、どれも気持ちに余裕がないとできないこと。だからこそ、親自身が、誰かと話をしたり、お茶を飲んだりする時間を持ち、自分に優しくしてあげてほしい、というお話がありました。



講演の後半では、「いい親子関係をつくる」ために、【愛情を示す】、【関心を示す】、【前向きな注目をする】という3つのポイントを実践するための具体的な行動を話し合いました。

抱きしめる、大好きだよと声に出して言う、子どもに「ねえねえ」と話しかけられた時に、いったん手を止めて、子どもの目を見て「なあに？」と話を聞くなど、1日に1分でも2分でも子どもと向かい合う時間を作る、という積み重ねが大切です。

また、しつけという観点では、挨拶や言葉遣いなど、親が手本を見せるのはもちろん、シンプルで分かりやすいルール作りのすすめがありました。子どもが理解できるように前向きな言葉で言い換える、というのは意外と難しいものです。例えば「食事中はうろうろしない！」ではなく「ご飯を食べ終わるまで、イスに座って食べようね」と言います。しつけとは、「**しないことを教えるのではなく、すべきことを教えること**」。そして、子どもが良い行動をしたときには、「○○ちゃん、●●してくれてありがとう」と具体的に褒めます。良いところを見つけて、タイミング良く、具体的に褒めること。これが、いい親子関係を作るための基本なのです。

### ママの働き方相談コーナー & 子育て情報・相談コーナー

12:40～15:00



ママの働き方相談コーナー  
キャリアカウンセラー  
菅 瑛祐子さん

#### (相談内容)

- ・育休復帰後の保育所へのお迎え時間について
- ・子育てと仕事の比重の考え方 など

#### 子育て情報・相談コーナー

子育てコーディネーター

太田 広美さん、前田 麻衣さん

#### (相談内容)

- ・親子で行ける遊び場や子育て支援拠点についての情報提供
- ・幼稚園や保育園入園について
- ・子どもの発達や育児不安 など



### 参加者アンケートより(一部抜粋)

- 今日のお話をもとに、前向きな子育てができればいいなと思います。先生が実体験をもとに話をしてくださったので分かりやすかったです。(30代・女性)
- ほめ方、ルール作りの話が具体的で分かりやすかった。問題行動のDVDは字幕が見えなかったので日本語の方が良かった。(20代・女性)
- 子育てについて、子どもの接し方が学べた。1日1回でも、きちんと目を見て話しかけたり、どこが良いのかきちんとほめたり、といった少しのコツでも、子どもは愛情を受けとめることができるんだなあ。(30代・女性)
- (子どもは) まだ9か月なのにイライラしてしまうこともありますが、毎日、抱きしめることを忘れず、少しの時間でも1対1で遊ぶように工夫しようと思いました！(20代・女性)
- 映像を見ながら、やってしまいがちなことばかりだと思いました。しかし、子育てには何が必要かを学べたので、少しでも実践できるよう頑張ろうと思いました。先生の体験はリアリティがあり、感動しました。子育ては簡単ではないと感じますが、できる精一杯をしたいと思います。(30代・女性)
- いくつになっても子育てへの“はてな”はつきません。いつの時期でもやり直せる、のはうれしい言葉です。孫育てに役立てます。(60代・女性)
- 今後の子育てのポイントとなることとがすごく分かりやすかった。ぜひ活用していきたい。(20代・女性)