



2020年4月号 掲載



## 子育て支援室の「わくわく子育て」



### 『新しい環境はたいへん?!』

4月は入学や入園、進級などがあり新しい環境で過ごす子ども達が多いことと思います。

子どもに限らず、大人も異動などで全く違う環境になった方もいるのでは？

子どもを毎朝送り出す大人も含め、みんながそれぞれ期待や不安や様々な思いを持って4月を過ごしているんでしょうね。



慣れない環境のなかで大人は疲れたら休憩したり、いろいろな方法でストレスを軽減できることと思います。でも子どもは毎日精一杯全力で過ごしているので、大人のように自分で調整が難しいのです。友達と過ごして、給食やお弁当を食べて、先生の話聞いて…と一日終わったら心身ともに疲れ切って家に帰ってきます。

家に帰って大好きなおうちの人をみると、ホッとして一気に緊張が緩んで涙がでちゃったりいつも以上に甘えん坊になったり、逆に叱られるようなことをしてしまったりと、いろいろな姿を見せると思います。



そんな姿を見て大人も戸惑ったり心配になったりするかもしれません。

でも大人の気持ちは子どもに伝わってしまうので、そこはデーン! とかまえて、しっかり子どもの姿を受け止めてあげてくださいね。



その時に気を付けたい言葉は「がんばってね」。

子どもはいつも頑張っているので「がんばってね」と言われてもこれ以上何をがんばるんだ!!! となるので

「**今日もがんばったね**」がいいとのこと。



おうちのことばや、笑顔、温もりが子どものエネルギーとなって、また次の日を新たな気持ちで迎えることができますよ♡

😊子育てに関するご相談は、お気軽に子育て支援室をご利用ください😊

保健福祉課 窓口③番 ☎6682-9878・9880 (子育て支援室)