



# にこにこだより

令和 8 年 3 月 5 日  
千葉市地域子育て支援センター  
にこにこルーム  
TEL/FAX  
043(241) 8599

暖かな陽の光に、春の訪れを感じる季節となりました。  
今年の3月は気温が平年より高めの予報で、桜の開花予想は  
3月24日前後のようです。  
お花見をしてお散歩することも楽しみですね。

## 3月からの利用方法（予約なし） ～変更点とお願い～

### ベビーカー置き場

- ・新宿保育所の庭のブランコ後ろ側になります。（人工芝の上）
- ・ベビーカー置き場のスペースに限りがあります。たくさんの方が置けるように、たたんで置いてください。
- ・ベビーカーについている玩具などが見えないようにしまってください。
- ・食品や飲み物はベビーカーに置かず、室内で保管するなどの対応をお願いします。

### 靴箱

- ・今までの場所に加え、黄色いテープで『支援センター』と書いてある場所が使用できます。

### 水分をとる場所

- ・水分補給は、センターホールにて行ってください。

### 新宿保育所の庭での遊び

- ・滑り台やぶらんこを利用の際は、必ず保護者が付き添いましょう。
- ・室内に入る場合は、服などについている砂を払ってからお入りください。



## 3月の予定表



日	月	火	水	木	金	土
1	2 予約開始 作って 遊ぼう	3	4	5 育児講座「心に響く 絵本との出会い」 10:00~11:00 予約制 ※AM 通常利用できません	6	7
8	9	10 わらべうたの日 10:30~11:00	11 身体測定	12	13	14 お父さんと遊ぼう 男性保育士と遊ぼう
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
作って遊ぼう 「ピース落とし」AM 予約制 持ち物があります。						
22	23	24	25 身体測定	26	27	28
29	30	31				

# イヤイヤ期、どう乗り越える？



## 1～3歳頃の心の発達

- ・0～1歳児の時期に育つ親子の信頼の絆（愛着関係）は心の土台となり、生きる自信となります。
- ・歩けるようになると、全身の筋肉の発達により自分で体のコントロールができるようになります。すると、自分の意志で様々な場所へ行くことができるため興味関心が広がり、『自我』（自分らしさ）が芽生えます。
- ・指差しも含め、自分の気持ちを相手に伝える事ができるようになったり、相手の要求する言葉が理解できるようになると、身近な人とのやり取りが楽しくなってきます。
- ・「依存：できるけれどママやパパにやってもらいたい」と「反抗：自分でやりたい」を繰り返しながら成長します。そして親を心の安全基地として、強い絆と信頼が自立へと導きます。



### ・自分の気持ちを上手く言葉で伝えられない

自分のやりたいこと、好きなことはあるけれど、それを具体的に主張することがまだできません。感性や感情が育っているのに言葉が未熟なため、伝わらないイライラがあります。また、「やりたくないこと」は分かるので、「イヤ」と表現したりもします。

### ・甘えたい（依存と反抗）

子どもは「自分を受け入れてほしい」「もっとこっちを見てほしい」などの気持ちを持っています。しかし、まだ上手く気持ちを伝えられないため、わざと困らせるようなことを言ったり反抗的な態度を取ったりすることがあります。

## イヤイヤ期の子どもとの上手な付き合い方

### 最初に「ダメ」は禁物！まずは共感しましょう。

「～したかったんだね。」と子どもの気持ちを言葉にして寄り添ってあげましょう。

“受け止めてもらえた”と安心した子は気持ちが落ち着き、「なぜ、それがいけないのか」という理由を受け止めやすくなります。

### 見通しがもてるような言葉がけをしてみましょう。（これを片付けてから～しようね。」など）

少し待つことも大切です。次の見通しがもてると待てるようになります。また待てたときは「待っていてくれてありがとう。」と認めてあげましょう。

生活リズムを整え、同じ時間の流れ（パターン）で生活するようにしてみましょう。（食事・遊び・睡眠）子どものリズムをつかんで調節してあげると、子どもは次にくる出来事がわかることで安心でき、見通しがもてるようになります。

### 甘えさせると甘やかすは別物です。いくら甘えさせても、甘やかしになることはありません。

#### 甘やかし

大人の都合を押し付ける・その場しのぎでの対応でごまかす ⇒ 甘え下手な子になる 自分に自信が持てない 身勝手・甘ったれな行動をとる

#### 甘えさせ

子どもの心に寄り添う・機嫌よく要求に応じる ⇒ 甘え上手な子になる 自分に自信が生まれる 必要な我慢ができる

**イヤイヤ期は成長のための大切なステップ！思うようにいかなくても当たり前！  
時間と気持ちに余裕を持ちましょう**