

～1歳6か月頃の困り事①～

## いやいや期



### ☆なぜ起こるの？☆



歩行も上手になり、スプーンやフォークを使えるなど手先も器用になります。またことばの理解や発語も増えていきます。

この頃の子どもは、「自分がするんだ！」という気持ちでなんでもやりたがりますが、自分の考えを伝えたり、大人のみねをするなどうまくできないこともたくさんあります。



自分の要求が受け入れられないときや、うまくいかない時などに、「いやいや」「やだやだ」と言ってだだをこねたりかんしゃくを起こしたりするのです。

### ☆どうすればいいの？☆



- 1 「食べなさい」と強要しないようにしましょう！
  - ・・・毎回のように大人から注意されると食欲がなくなったり、無理して食べさせるとかえって食べなくなる子どももいます。

## 2 イメージが広がる声かけを！

- ・・・「これを食べると高いところからジャンプできるよ」「食べたものがからだの中のばい菌をやっつけてくれるよ」など、想像力が豊かになってくる、この時期ならではの声かけで受け入れやすくなる場合もあります。

## 3 調理の工夫を！

- ・・・たとえば、嫌がる食材をスープの中に入れてしまう、柔らかくするなど食べやすくすることも大切です。



### 着替えのいやいや

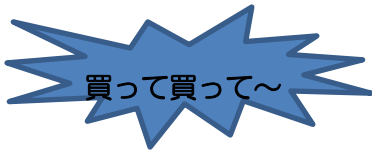
#### 1 選ぶのは子どもに任せる！

- ・・・小さなことでもいいので自分で決めさせてあげる。  
右足から？それとも左足から？のようなことでも良いでしょう。強制されるのは嫌だけど自分で決めたことは結構やれるものです。

#### 2 やりとりでその気にさせる！

- ・・・「上着さんが着てほしいって言っているよ！」  
「コートちゃんが一緒にお出かけしたいって！」という声かけもプライドをくすぐる言い方です。やりとりを楽しみましょう。





1 買い物前の約束を繰り返すことで、我慢できるようになってきます！

・・・「買わない約束をする」「買い物へ行く」「我慢して帰宅」という3つの段階を根気よく繰り返しましょう。

2 ことばで拾って返してあげて！

・・・気持ちのコントロールができず爆発。自分でも何に怒っていたのかわからなくなってしまうことも少なくありません。「くやしいね」「ほんとはこうしたいの？」と返してあげれば、すぐにではなくとも、だんだんことばで表現できるようになっていきます。

3 時々楽しむ感覚で！

・・・子どものかんしゃくにイライラするのではなく、時々でもいいので「あっ、じゃあママはこうするわ！」とやりとりが楽しめれば、子どものころにもゆとりができて、誘いに応じやすくなってきます。



自己主張は子どもの社会が広がる中で重要な能力になります。



～1歳6か月頃の困り事②～

## 歯みがきを嫌がる



### ☆なぜ嫌がるの？☆

- 1 子どもは口にもものを入れられることや、慣れない体勢に不安を感じることがあります。
- 2 上唇小帯(上唇の裏にあるひものような組織)に、歯ブラシがあたると痛いので嫌がります。
- 3 イヤイヤ期で歯みがきが嫌いなこともあります。

### ☆どうすればいいの？☆

- 1 遊びの中で口の周りに触れたり、あおむけにして大人が上からのぞき込んだりして慣れていきましょう。
- 2 上唇小帯(上唇の裏にあるひものような組織)に、歯ブラシが当たらないように、歯ブラシを持った反対の人差し指で上唇を押さえてガードしましょう。
- 3 「自分でやりたい！」という気持ちを上手に引出しながら練習し、できたらたくさんほめてあげましょう。





☆お役立ちアドバイス☆

1 みがき残しが気になる！

- ・・・歯をみがく順番を決めておくといいでしょう。  
ひとふで書きのように口の中を一周してみがく方法はおすすめです。

2 気をつけてみがくところは？

- ・・・「歯と歯ぐきの境目」「歯と歯の間」は虫歯になりやすいので意識して丁寧にみがきましょう。

3 哺乳びんを使う回数を減らしていこう！

- ・・・眠りながらくわえることで虫歯になりやすくなります。

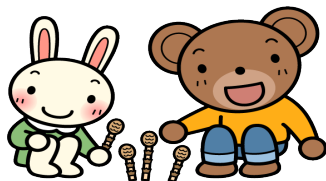
～1歳6か月頃の困り事③～

## おっぱいの悩み



### ☆この頃のおっぱい☆

歩いたり走ったりして運動量が増え、食事3食にプラスして1～2回のおやつを食べるようになると、フォローアップミルクやミルクはわき役の栄養源になっていきます。母乳の場合も同様で飲む回数も減り栄養源としての役割は少なくなっていくます。



### ☆「卒乳」か「断乳」か☆

「断乳」とは、主に母親の主導で母乳をやめることです。反対に、子どもが気が済むまで飲ませ、自然におっぱいから離れていく方法を「卒乳」といいます。

お誕生を過ぎたころから、「断乳」か「卒乳」か、「断乳」するのなら時期はいつにするかが大きな関心事でしょう。授乳はコミュニケーションの役割もありますが、食事に影響する場合や母親がストレスとを感じる場合は「卒乳」を検討してもいいでしょう。

どちらにもメリットがあるので、大人が選択してください。

～1歳6か月頃の困り事④～

## 指しゃぶり



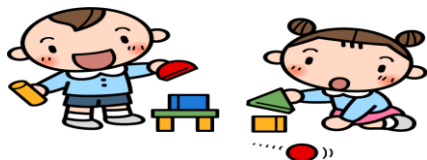
1歳6か月頃では、昼間充分外遊びをしていれば家の中で時々指をしゃぶるとか、夜、床について寝つくまでの間に指をしゃぶるといったことは、よくあることで心配はいりません。3歳くらいまでは様子を見ましましょう。

☆どうすればいいの？☆



指しゃぶり自体は病気ではないので、無理にやめさせる必要はありませんが、ほかに気がまぎれるといつの間にかしゃぶらなくなりますので、興味のあるようなことを一緒に探して遊んであげましょう。

・・・手遊びや積み木遊びで大人と一緒に遊ぶ方法もあります。



～手遊び例～

げんこつ山のたぬきさん、糸まきまき、結んでひらいて、トントントントンあんばんまん

