

# みかん新聞10号

赤ちゃんはお母さんやお父さんとコミュニケーションを取ることで、人間関係を学んでいきます。赤ちゃんを抱っこしたり優しくタッチすることや、話しかけたり、またお母さんやお父さんの匂いや肌の温もりも、赤ちゃんの発育にはとても重要な要素となります。これらの親子相互作用がうまくいかず、お母さんやお父さんと心の絆ができず愛情不足が続いていくと、赤ちゃんはストレスを受けやすくなります。

また幼児に関しては、入園、入学など、新たな生活環境の変化などにより、ストレスを感じることがあります。そして赤ちゃんが不快を感じる時に泣くように、幼児も「つらい」や「いやだ」という思いを、周囲にうまく伝えられなかったり、理解してもらえないようなことが続くと、ストレスになることもあります。そこで今回は子どものストレスについて取りあげてみました。

## 乳幼児のストレスサイン

### <乳児>

あやしても笑わない  
喃語が少ない  
物音に敏感になる  
目が合わない  
声掛けしても反応がない  
表情に乏しい

### <幼児>

無表情  
ぼんやりしている  
あまりしゃべらなくなる  
すぐに泣いたり怒ったりする

### 【身体に出るサイン】

腹痛  
蕁麻疹やアトピーなどによる痒みが強くなる  
突然おねしょやおもらしをする  
チックの症状が出る

### 子どもがストレスを感じているのでは？と気付いたら...

周囲の大人は優しく声掛けをし、話をよく聞き、抱きしめてあげたり、コミュニケーションやスキンシップをたくさん取りましょう。あとは子どもが好きな遊びを一緒にしたり、楽しめる場所に出掛けるのもよいでしょう。

ただ、当てはまっているから必ずしもストレスがたまっているという訳ではなく、性格的なものもあるので、ストレスサインかどうかを見分けるには、日頃から子どもの様子を注意深く観察しておくことが大切です。

子どもも大人と一緒に。  
好きなことや楽しいことが大好き！  
そうすることにより、ストレス発散につながります。



### お知らせ♪

- サポート会員病児保育専門研修が始まります！  
6月3日(土)、6月17日(土)、6月24日(土)、7月8日(土)  
※詳細は間もなくHP、LINE公式アカウントにてお知らせ致します。
- 新たに世帯区分による利用料の減免を受けられる方は、証明書の提出が必要です。  
世帯区分②の方は、毎年の提出(6月更新)が必要です。登録説明会の時にお渡しした活動の手引きやホームページで確認してください。電話でのお問い合わせもお待ちしています。