



子どもの能力を伸ばす



9歳までに伸ばしたい！

自己肯定感

思考力

表現力

協調性

育むために実践しよう！

ママの役割

- ・子どもの“いいところ”を言葉にして本人に伝える
- ・子どもが話し出したら黙って聞き役に
- ・明るい声で「おはよう！」
「いってらっしゃい！」

パパの役割

- ・できるだけ子どもと一緒に食卓を囲む
- ・朝ごはんを子どもの前でモリモリ食べる！
- ・休日の突然なお出かけやサプライズおみやげが効果あり！

一緒に

- ・兄弟は絶対に比較しない！
- ・仕事やプライベートの目標を子どもに‘見える化’
- ・子どもと一緒に動物をかわいがったり四季の植物をめだたりする
- ・朝起きたらカーテンを開けて太陽の光をとり入れる
- ・年に1〜2度家族みんなで1つのことをしよう！
- ・夫婦それぞれが夢中になれる趣味を見つけよう



CHANTO 2020.4参照

東川院長のうれしいニュース

先生、今日何時までいますか？と電話がありました。小さいころ喘息で通院していた患者さんからでした。
やがて、お父さんといっしょに見違えるほど大人になった彼が来院しました。大学を卒業し就職する前に、僕にあいさつしたいとのことでした。お父さんの顔は、満面の笑みの中の、光る涙に、いままでのご苦労が伝わってきました。治療の歴史を振り返ると、本当に喘息が治るのだろうかかと心配が常にあったと思います。中学2年で、最終受診で、その後、投薬なしに7年間発作なく、安心されたのだと思います。小さいころ、吸入器のお世話になったり、必死で喘息と戦った日々を思い出して、“よく頑張った”と誇らしく思った次第です。

新型コロナウイルス感染症

子どもが、新型コロナウイルス感染症でそれほど重症化してない理由を研究している他の研究者は、子どもたちの肺が過去に、アレルギーや汚染物質、または、病気によって引き起こされる炎症反応を体験したことがない“損傷のない”状態であることが多く、それが、新型コロナウイルスの攻撃に対する耐性を高めて入り可能性があると推察します。

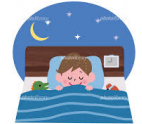
幼少期こそ親子別室が理想

子どもの発育に欠かせない成長ホルモンは寝ているあいだに分泌されるため、賢い脳を育てるには質のよい睡眠が必要不可欠。

子どもがぐずる場合は...？



怖がる場合は添い寝をして環境に鳴らして。



エアコンや加湿器の電源ランプは目隠しを睡眠の質を低下させる原因となります

寝室が一つの場合は生活リズムをそろえる

ひとりで寝ている部屋で、もうひとりが電氣をつけてテレビをみているのはご法度です。成長ホルモンの分泌が活性化する夜10時には熟睡させてあげましょう

0〜3歳のあいだこそひとりで寝る習慣をつける

家族みんなと同室で寝るのは脳科学的にはNG。大人の寝返りやいびきなど、少しの物音でも睡眠の妨げとなります

CHANTO 2020.4参照

子どもを伸ばす叱り方

あなたはうっかりやっていますか？

他人と比べて人格を否定する『泣かすなんてあなた意地悪ね』

大人の都合のために行動をせかす『遅れちゃうから早く！早く！』

失敗すると大声でどなる『何回言ったらわかるのよ!!』

子どものためを思って叱るのと、ただ感情をぶちまけて怒るのは別のこと。そこをきき違えたり、叱らなくてよい場面でいちいち声を荒げたりしていると、子どもにうまく伝わらずかえって親子の信頼関係を損なう原因にもなります。そこで、子どもを伸ばす叱り方や、叱らずに問題を解決するための方法をいくつかご紹介します。

ダメなことをきちんと伝えるために 親がすべき叱り方の心得



長々と口々にせず1分以内で伝え終える

本当に悪いことは真剣な顔で目を見て伝える

頭ごなしに「ダメ」と言わずどうすべきかを具体的に伝える

何度も繰り返すことで過去のことは持ち出さない

CHANTO 2020.4参照