





- ◆オーバードーズ(多量服薬)
- ◆暴力や無視など反抗的な言動
- ◆リストカット(自傷行為)
- ◆抜毛、摂食障害(過食や拒食)
- ◆長時間手洗いをしなければ気が済まない(洗浄強迫)
- ◆オーバードーズ(多量服薬)
- など

**【待つ・見守る】**  
 この時期の子どもたちは自分で考え、行動する経験を通じて自分らしさを見つけていくようになります。親がもどかしさを抱くことも多いですが、子どもたちがじっくり悩み、試行錯誤するための時間を与えていくことが必要です。

多くの場合、この時期の子どもたちは、困難を抱えているほど、自分がどのような状態であるのかについて言語化がうまくできず、身体化、行動化する傾向にあります。この時期にみられる身体化と行動化の症状の具体例を取り上げます。

**【身体化】**  
 ◆頭痛、腹痛(過敏性腸症候群)  
 ◆朝起きられない(起立性調節障害)、  
 ◆アトピー(アレルギー)、過呼吸

- ◆不登校や引きこもり
- ◆暴力や無視など反抗的な言動
- ◆リストカット(自傷行為)
- ◆抜毛、摂食障害(過食や拒食)
- ◆長時間手洗いをしなければ気が済まない(洗浄強迫)
- ◆オーバードーズ(多量服薬)
- など

### 関わり方について

### 【子どもと一緒に考える】

親の思い通りにするためにルールを設けているのではないことを分かってもらえるように、ルール作りの段階から子どもと一緒に考えるよう心がける(ルールの理由や目的を共有する、共に納得できるような枠組みを作ることがポイントです)。

親がもどかしさに耐えていくため

に、親自身が抱えている不安や悩みを一人で抱えるのではなく、さまざまな関係者(学校の先生や友人、相談できる人や機関)とつながり、子どもに対する理解を広げ、ネットワークで子どもたちを守り支えることが大切です。

### 【きく・気づく】

反抗的な態度をとることがある一方で、不安やしんどさを抱える時期であり、その波を理解する、気づくことが子どもの支援に繋がります。

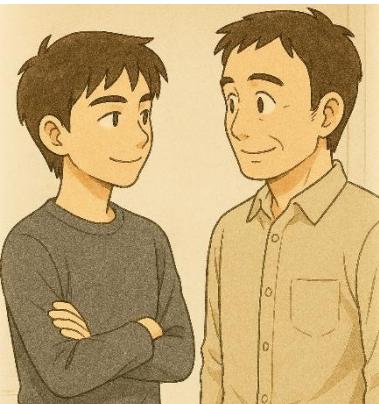
すぐに助言、アドバイスをするのではなく、分かろうと、理解しようとするとする姿勢で話をきくことや言語化できないしんどさ(身体化や行動化などの変化)に気づいてもらえる経験が子どもの支えになります。

### 【家庭で抱え込まない】

子どもたちのことが「分からない」「難しい」と感じられること、「このかかわりで良いのだろうか?」とかかわり方に思い悩むことが多いかと思います。

先にも書きましたが、どうか保護者の皆様が家庭で抱え込まず、保護者の皆様も支えてもらう、聞いてもらう、その上で子どもたちとかわることを大切にしていただきたいです。

相談の場の一つとしてのこのこにもお気軽にご連絡、ご相談ください。



LINE くまのっ子のこのこ



[nokonokojikasen@gmail.com](mailto:nokonokojikasen@gmail.com)

文章をうまく書けなくて大丈夫です。  
かける範囲で書いてくださればお返事します。

### まずはお電話・LINE・メールでご相談ください

必要に応じてお越しいただき、お問い合わせをお話しください。

ささいなことでもお電話ください

0739-45-8818

留守番電話の場合にはお名前だけ残していただければ、のちほど連絡しますので電話番号通知でお電話ください。

9:00~17:45



# のこのこ広場のご案内

～親子で遊びに来ませんか～

1月

12月になり、今年もあとわずか。2025年は皆様にとってどんな一年でしたでしょうか。2026年が素敵な一年となりますように。子ども達が安心して健やかに育つことができる、安全な世の中になるように…心から願っています。

子育ては楽しいだけではなく、しんどさや悩みがつきものです。のこのこでも、皆でしんどさも楽しさも分かち合えるよう、親子でゆったり、ほっこり出来る場をつくり、お待ちしています。

## 1月の予定

<b>親子ひろば</b> 1月26日(月) 自由遊び・紙芝居など 9:30～11:00	<b>親子リトミック</b> (定員) 8組 1月21日(水) 10:00～10:40頃 申し込みが必要です(右のQRコードから) 動きやすい服装でお越しください			
<b>のこのこ食堂</b> 1月19日(月) 開始時間 11:00～ (親子100円) ※大人一人増えるにつき+100円 (定員) 20組	<b>のびのびリトミック</b> (定員) 3組 1月8日(木) 10:00～11:00頃 ♡子どもの発達が気になる保護者さん、 大勢のお友達がいる場所が苦手な子どもさんなど が対象です。詳しくはお問い合わせください。			
<b>* 開催場所について *</b>				
				
日 内 容	1/26(月) 親子ひろば	1/8(木) のびのびリトミック	1/21(水) 親子リトミック	1/19(月) のこのこ食堂
場 所	白浜バプテストキリスト教会 白浜町 3137-9 (TEL 0739-45-8818)			

就学前の乳幼児とその保護者の方、妊婦さんも遊びに来てね。遊びながら、子育ての悩み等お話もできます。教会での開催時(のこのこ食堂)は、はまゆう病院駐車場をご利用ください。

＊＊＊授乳スペース、おむつ替えスペースあります＊＊＊

19日は月1回の、のこのこ食堂の日です。食堂利用のみ予約が必要です。利用される方は

1月15日 17時00分までにご予約下さい。右のQRコード又は、電話にてご予約いただけます。

※NPO法人白浜レスキューネットワーク子ども食堂事業の一環として、のこのこ食堂を開催します。



くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

連絡先 TEL・FAX 0739-45-8818





## ～親子で遊びに来ませんか～



あけましておめでとうございます。穏やかな年明けとなりました。皆さま色々な希望を抱いて新しい年を迎えたことだと思います。今年は丙午(ひのえうま)の年。エネルギーに満ちる年・飛躍の年、と言われています。皆さまにとって、エネルギーッシュな良い一年となりますように。

今年も‘のこのこ’をどうぞよろしくお願ひいたします。



### 親子ひろば

2月9日(月) 自由遊び・紙芝居など  
9:30～11:00

### のこのこ食堂

2月16日(月) 開始時間11:00 定員 20組  
(親子100円) ※大人一人増えるにつき+100円

どの年齢の子どもさんにも  
利用していただけます

### 親子リトミック

2月18日(水) 10:00～10:40頃  
(定員) 8組  
申し込みが必要です(右のQRコードから)  
動きやすい服装でお越しください



### \*開催場所について\*



日	2/9(月)	2/18(水)	2/16(月)
内 容	親子ひろば	親子リトミック	のこのこ食堂
場 所	白浜バプテストキリスト教会 白浜町 3137-9 (TEL 0739-45-8818)		

就学前の乳幼児とその保護者の方、妊婦さんも遊びに来てね。遊びながら、子育ての悩み等お話しもできます。教会での開催時(のこのこ食堂)は、はまゆう病院駐車場をご利用ください。

\*\*\*授乳スペース、おむつ替えスペースあります\*\*\*

16日は月1回の、のこのこ食堂の日です。食堂利用のみ予約が必要です。利用される方は

2月12日 17時00分までにご予約下さい。右のQRコード又は、電話にてご予約いただけます。

※NPO法人白浜レスキューネットワーク子ども食堂事業の一環として、のこのこ食堂を開催します。



くまのっ子児童家庭支援センターのこのこ

連絡先 TEL・FAX 0739-45-8818



のこのこインスタ



のこのこ HP



G mail

