

# 発達に関する Q&A

＊「発達相談」の中で質問を受けさせてもらったことについていくつか事例を挙げさせていただきます。

## 事例①

Q. 言葉が他の子どもよりも遅い気がする、話してくれる内容が聞き取りにくいのですが、大丈夫でしょうか？



A. 言葉の発達の相談は非常に多いです。言葉の発達については、お子様の実態によってアプローチが違います。詳しくは「発達支援」の「個別指導」の内容をご確認してください。言葉の土台となる身体運動の確認、生活リズム、コミュニケーションといった言葉と直接、関係がなさそうなことも言葉の発達には大切です。また、発達相談を行ったときに、「聞く」ことが苦手で「聞けていない」ことが言葉の発達に影響していることもあります。お子様の言葉の発達に向けて、「何から」「どれから」始めていけそうなのか「発達相談」で確認させていただき、保護者の方と共有させてもらえればと考えています。

## 事例②

Q. オムツがなかなか外れないんですが、どうしたらいいですか？

排泄の自立についての相談です。この相談は、就園前のお子様をお持ちの保護者の方からの相談が多いです。



A. 排泄の自立において、おしっこがでる前に何かのサイン（予兆）が表情や仕草に表れていることがあります。でも、日々の生活が慌ただしく、なかなかそうしたサインに気づきにくい場合が多いです。「オムツからパンツにかえるぞ」と決心されることも大切です。でも、その前に一度、子どもからのサインを探してみてください。サインが見つかったら「おしっこでそうかな？」「トイレに行ってみる？」といった声掛けをしつつ、尿意に気づいてもらいながら誘い掛けていくことを始めてみてはいかがでしょうか。また、朝起きて誘い掛けるだけでなく、夜寝る前にトイレに誘い掛けてから寝るという朝晩での練習も提案させてもらう場合があります。

## 事例③

Q. 夜、なかなか寝てくれなくて、寝不足です。どうしたらいいですか？

A. 「はやく寝て欲しいんだけど…」という相談、本当に多くの方からお受けします。各家庭で寝れていない理由は違います。その理由をまずは聞かせてください。

家庭の様子や1日の生活リズムを聞かせてもらった後、睡眠で大切にしたいポイントを紹介しています。



＊朝陽を浴びる工夫をお願いしています。朝起きるのが遅くなった場合も、カーテンを開けて陽の光を浴びるようにしてください。朝陽には、少しズレた“体内時計”を調整してくれる役割があります。

＊日中の活動量を増やすこともお勧めしています。遊び疲れた時、身体をいっぱい動かした後は、誰しもが疲れて眠くなります。いっぱい遊ぶとお腹も空きます。そうした日中の活動量を増やすことで睡眠だけでなく、“生活のリズム”を新しく作り出していくことをお勧めしています。

＊「生活のリズム」を作るお手伝いができるのが「親子教室」です。各地域の教室に参加してもらうことにより、朝起きる目的を作り、教室の中でいっぱい遊んでもらう様子を一緒に見させてもらったりもしています。