



2025年度



2025(R. 7). 5. 17.

明王台シャローム幼稚園



地域の子育て応援！！ ～
未就園児と保護者の方を対象として～

ふちっこぱるレター 5月号 (Vol. 1)

～ 乳幼児期に深めたい愛着形成 ～

日中は体を動かすと汗をかくほど暖くなりました。幼稚園で過ごす子ども達も春の知らせの生き物を見つけて、外遊びを楽しんでいる様子があります。また、新年度で新しいお友達も迎え、幼稚園がより賑やかになっております。

さて、今回は“スキンシップ”についてふれたいと思います。園生活では、戸外遊びや室内遊び、先生やお友達とのふれあい遊び等、様々な遊びをして過ごしています。一人ではなく、生活の中で様々な場面で他者(先生やお友達)と関わり、関わるからこそ情緒の豊かさが育まれます。そこで、スキンシップすることの効果等についてご紹介致します。

●スキンシップと他者

親子の関係を深めたり、子どもの成長を支えるための1つとしてある「スキンシップ」ですが、それが幼少期までに不足していた場合、家族以外との関わりが難しくなると言われています。子どもが自分を大切に思っている人から愛情を肌で感じる事が出来ていないと、親や身近な人を信頼することが難しくなり、友達関係や他者(教師等)の関わり方が分からず、一人になってしまうことへ繋がってしまいます。また、他者との距離感がつかめず、近づきすぎてしまったり、ベタベタとくっついたり、抱っこ等を求めるといった行動にも表れます。そのため、子ども達の成長にとって愛着を形成する「スキンシップ」はとても大切と考えられます。

●スキンシップのメリットとは

スキンシップのメリットは親子ともにたくさんあります。特に親子で行うことによって子どもの心身の発達に大きな役割を持つとも言われ、「愛情ホルモン」と呼ばれる「オキシトシン」が活動し、リラックスした状態で肌を触れ合うことで、お互いの脳内に分泌します。「嬉しい」や「気持ちいい」という感情だけでなく、安心感も与えてくれます。また、子どもにとっては記憶力が良くなり、学習効果を高めたり、ストレスに強く耐えることができる効果も見られています。その効果が最も発達するといわれているのが、生後1年程だそうです。ですが、3歳までの幼い時期のスキンシップは大きくなってからの脳の成長や能力、性格や他人関係等にも働きかけるので、しっかり関わってあげてください。それにより「抱っこ癖がつく」ことを心配される方もいらっしゃると思いますが、子ども達が抱っこを求めるのは自然な欲求で、健全に育っている証でもあります。きちんと答えてあげないと子どもの心に空白が残ったり、大きくなってからも親について行ってしまいます。

必要な時期に十分関わって、触れ合ってあげた方が、自立する心が育つとも言われています。2～3歳は、いろんな物に興味を持ち、触ったり、なめたりする時期でもあるので、無理やりスキンシップをする時間を取るのではなく、手や背中へのタッチや膝の上に座る等の簡単なものでも大丈夫です。

スキンシップを取ることで、子ども達にもたらす成長への影響は大きく3つに分かれています。

① 人への基本的信頼感の芽生え

子ども達は特定の人との間に愛着を築くと、その人に甘えたり、依存するようになります。愛着を抱いた人に

甘える→受け入れられる→嬉しいといったやりとりを繰り返すうちに人と関わる楽しさや喜びを体験することができます。

② 自己表現力、コミュニケーション能力を高める

信頼した相手に対して、自分の要求を伝えたり、相手の要求を受け入れるというやり取りを通して、自分が求めていることを表現する楽しさや難しさを知ります。おもちゃで遊ぶときのやり取りでも同じように学びます。それによって表現力やコミュニケーション能力の向上へ繋がります。

③ 自己の存在と安全を確保する

子ども達は不安や危険を感じたときに、信頼している人を「安全基地」と見なして、自分の身を守ろうとします。自らの好奇心のもと、見知らぬ世界を探索したときに、不安や恐怖、心理的・身体的苦痛を感じる場合があります。そんなときに安全である家族の元に戻って安心感を得ます。子ども達は、このような探索と避難を繰り返すことによって好奇心や積極性、ストレスに耐える力を身に付けていきます。幼稚園等の見知らぬ場所へ行っても、迎えにきてくれた保護者の方を見て、抱きつくなどのスキンシップをとって、安心感を得ています。子ども達はそういった行動をすることで、安心できる場所を増やしていています。

ここまでお伝えしたように、乳幼児の子どもにとって愛着形成がとても重要だということは皆様ご存じのことと思います。ただ、愛着形成＝スキンシップで、「スキンシップをすれば良い」というわけではありません。スキンシップだけをすればいいのであれば、常日頃から抱っこやおんぶ、ハグ等をすればいいのですが、それでお子様との愛着形成が築けるかといえば、そうでもありません。例えばお子様が泣く、駄々をこねる等の時のなだめ方としてスキンシップをしてしまえばしてもらいたい時の行動としてスキンシップが位置付けられてしまい、我がままの助長にもなってしまいます。大事なのは心と体の成長年齢に合った、その時のお子様の心に寄り添ったスキンシップであることです。特に言葉かけが大切です。例えば同じスキンシップと言葉を伝えたとしても“急いで”や“怒って”、“淡々と”伝えた時と、“優しく・あたたかく”相手の心に語りかける、相手の気持ちを汲んだ時では、それを日常的にスキンシップと言葉で受けた子どもではその後の成長で社会性、コミュニケーション能力に違いが現れるといわれています。

言葉の影響は大変大きく、だからこそ大事な乳幼児期に“きれいな言葉”、“正しい言葉”を伝えてあげたいものです。それにふさわしいツールが“絵本”です。読み聞かせでお子様を膝の上にのせて行えば、体が触れ合う距離感で肌のぬくもりや体温を感じられますし、吟味して作られた絵本はきれいな言葉で綴られています。心の成長、愛着形成にぜひ絵本をご利用下さい。

今月の絵本 『ぜったいに おしちゃダメ？』

サンクチュアリ出版

ビル・コッター さく 定価980円(税別)

子どもだけでなく、大人もついつい押してしまいたくなるような「ボタン」。プラス「ダメ」といわれればなおさら押したくなるのが人間心理です。その人間心理を上手にくすぐった絵本をどうぞお子様と楽しんでみて下さい。お家の方と一緒に笑い合うことが、お子様の「安全基地」の確認になることと思います。

次回ぶちっこぱるのご案内

● 7月23日(土)10:00～

「“人魚姫”が登場！

海のサーキットに挑戦！」

● 9月13日(土)10:00～

「“アリババ”と盗賊団ごっこで、

いざ勝負！」

毎月お誕生日のお祝いがございます！



《 お問い合わせ 》 “愛” みんなにいつまでも “LOVE” for You All, Forever
学校法人のぞみ学園

明王台シャローム幼稚園〔幼稚園型認定こども園〕(住所：福山市明王台1丁目2-7)

TEL：084-951-6006

