



## 山あり谷あり子育て雑感 Vol 1



皆さんこんにちは。園長の田野瀬夏子です。私は西大和学園カリフォルニア校に附属幼稚園が新設された年(1995年)に幼稚園の担任になり、早いもので20年以上、子どもたちや先生たちと日々笑ったり、成長と出会いに感動させてもらったりの人生を送っております。そのことに思いを馳せるにつけ、自分はなんて幸せ者だろうとしみじみと感じ入る今日この頃です。

さて、プライベートでは14歳(男)、12歳(女)、10歳(男)の3人の子どもの母親で、お恥ずかしながら毎日がまさに「綱渡り」。1日を終えるのが必死で常に山積しているTo Do Listsに追いまくられ、たまに夢にまで出てくる始末。ドタドタバタバタと「仕事＆子育て」という長～く、たいへんなトンネルを無我夢中で猛進してきた中で、「ハッ！！！」と目にとまった言葉たち、母として全く落第だよ、と無力感にうちひしがれている最中に出会った本やヒントたちを、母業を全力で取り組む西大和ママたちにもちよっぴりおすそ分けしたいなあと今年度、不定期でメッセージをお届けさせて頂きます。名付けて「山あり谷あり子育て雑感」

記念すべき第一号は、うちの凸凹3人衆を育てる時に役立った、声かけ変換表です。大場美鈴さんという方で、発達障害グレーゾーンの難易度の高い子育ての中で実践なさった知恵を公開するホームページ(<http://www.rakurakumom.com/>)から抜粋してご紹介させて頂きます！

### 「声かけ変換表(指示・命令・禁止)」

Before	After	Memo
いい加減にしなさい！	あと何分で終わる？	タイマーの併用
ちょっと待って！	あと○分だけ待ってね(～♪)	具体的な数字など
うるさい！	声をボリューム2にしてくれる？	スケール・TVの音等
走るな！	歩こう！	やっていいこと
危ない！	止まって！	具体的に
危ないからダメ！	お母さん、ケガしたら心配だなあ	気持ちを伝える
早く支度しなさい！	5分で終われば長く遊べるよ	メリットを伝える
もう、だから言ったでしょ	どうすれば良かったんだっけ？	
○太郎一！○太郎一！	そばまで行って気づかせる	肩を軽く叩く、など
ほらぁ！お友だち待ってるでしょ！？⇒	あと何回数えたら替わる？	ブランコなど
もう！早く帰るよッ！	あと3回だけ待ってるね	指を見せる⇒折る
人の迷惑になるからやめなさい！	音が大きいと頭痛くなる人もいるから ○○では音を○○しようね	迷惑な具体的な理由と やることを指示

