



お風呂を嫌がる



お風呂を楽しい時間に♪

子どもに対して「お風呂に入るよ」と声かけしても、お風呂場にスムーズに誘導ができずに困ることがありませんか？

子どもによって嫌がる理由は様々です。例えば「お風呂は入らないといけないけど、つまらない時間」などの理由で、ぐずる子どもの場合は、まずは声かけから変えてみます。子どもの意識を変えるために「お風呂であそぼう」と伝えます。また、子どもが、もっと具体的にイメージできるように「お風呂で〇〇してあそぼう」と伝えることも、お勧めです。子どもにとって、お風呂が楽しい時間、場所と思えるようにしてみましょう。



【行動の切り替えが苦手な子】

ヒント！

10 分前くらいに予告をしましょう。

例) 子どものそばに行き

「長い針が上にきたらお風呂だよ」

「7 時になったらお風呂だよ」

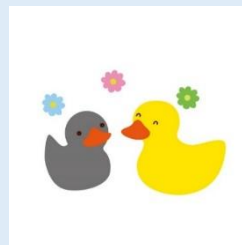
「ピッ、ピッと鳴ったらお風呂だよ」

・砂時計やタイムタイマーを活用

子どもが理解できる伝え方で言う。

嫌がる理由とヒント

- 「顔が濡れるのがイヤ」と言う
 - ・ぬれたガーゼで顔をふく・子どもの髪を洗う時に顔を上に向かせる・シャンプーハット
- 「お風呂が熱いからイヤ」と言う
 - ・可能であれば風呂の温度を下げる
 - ・「熱くないよ」と声をかけ抱っこして湯船に入る
- 遊びからの切り替えができない
 - ・楽しい、遊びを準備して遊びに誘う①
(脱衣所で音楽を流す(歌)、調味料の空容器、ペットボトル、バスボールなど)
 - ・帰宅直後の遊びだす前にお風呂の時間にする
- お風呂がつまらない
 - ・楽しい、遊びを準備して遊びに誘う②(水風船、氷、風呂専用のクレヨン、ヨーグルトカップ、など)
- 眠い、お腹が空いた
 - ・食事の後に入浴・シャワーで時間短縮・疲れがひどい時はぬれたタオルで拭く、など



子育て技術

子どもをほめる

(子育て手帳を参考にしましょう)

子どものよい行動に対して親はすぐに気づいたら伝えましょう。子どもに近づいて、良いと思う行動を正確に言い表わすことで、子どもは「その行動が良いことだ」と気づきやすくなります。特定の行動を促すことに効果があります。子どもが難しい(やりたくない)と思う**特定の行動**ができた時だけでなく、**できるまでの過程**も1つずつを具体的にほめていきます。

例) おやつ(プリンやヨーグルトやゼリー)→遊び→お風呂



できるまでの過程

- ◆ おやつ(プリンやヨーグルトやゼリー)の空容器を洗う
- ◆ おやつ(プリンやヨーグルトやゼリー)の空容器を拭く
- ◆ 空容器にお絵かきをしておもちゃを作る
- ◆ できあがったおもちゃを湯船に浮かべる
- ◆ 服を脱ぎ始める
- ◆ 服をカゴに入れる

特定の行動

- ◆ 風呂場に来た



- ◆ 「てつ君、容器をきれいに洗えたね」
- ◆ 「てつ君、容器を丁寧に拭けたね」
- ◆ 「てつ君、上手におもちゃを作れたね」
- ◆ 「てつ君、湯船におもちゃを浮かべられたね」
- ◆ 「てつ君、一人で服を脱げているね」
- ◆ 「てつ君、服をカゴに入れられたね」
- ◆ 「てつ君、お風呂に来られたね」

※最初は手伝いながらほめます。繰り返すうちに手助けは減らします。

子育て技術

夢中になれる活動を与える

(子育て手帳を参考にしましょう)

子どもに夢中になれる活動を与えると、一人で遊ぶ力と好ましい行動を育てます。創造力や言語能力を伸ばしやすくなります。

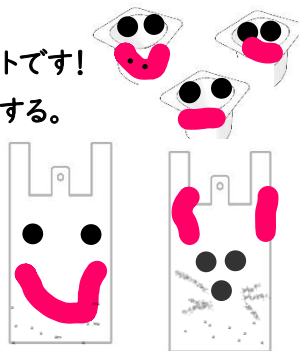
子どもは退屈すると困った行動を起こす可能性が高まります。

～子どもが自分で行きたくなるお風呂に～

考えてみましょう どうすれば、子どもは風呂に入りたいと思うでしょう?

例) 切り替えが苦手な場合に**流れを作る**のがポイントです!

- おやつにプリンやヨーグルトやゼリーなどを準備する。
- 子どもが空容器を洗う(洗えない時には手伝う)
- 子どもが空容器を拭く(拭けない時には手伝う)
- 空容器にお絵かきしておもちゃをつくる
- 出来上がったおもちゃを湯船に浮かべる



※遊びからスタートする時には準備していた豆腐の空容器やビニール袋などで工作して遊びます。

(穴を開けるとシャワーになります)

※「子育て手帳」は、市が開催する「おはなし会」に参加いただいた時にも配布しています。



市の「前向き子育て応援事業」
の情報はコチラ

【お問い合わせ】

前向き子育て応援事務局(つどいの広場内) ☎080-6439-1851(担当 水城)

子ども未来課 子育て支援係 ☎ 28-7568(担当 石橋)

科学研究費助成事業(責任者 福岡県立大学 江上千代美)

無断複写・複製を禁ず