



おひさまだより

令和8年8月号

十日町市発達支援センター

TEL025-752-7270



今年の夏は本当に暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。お子さんは園や家庭などで水遊びやプール遊びを楽しんでいることと思います。

これからお祭りやおでかけなどの予定がある方もいらっしゃると思いますが、夏の疲れが出てくる時期ですので、十分な休息や栄養・水分補給を心掛け、体調に気を付けながら過ごしていきましょう。



～ 消火訓練(消火栓を使用した消火訓練)をしました ～

7月30日(木)に十日町小学校、ふれあいの丘支援学校、発達支援センターおひさまで合同の消火訓練を実施しました。おひさまでは、三施設合同で消火訓練(年2回)、避難訓練(年3回)を行っています。今回は三施設の職員が3つのグループに分かれ、消火栓を使った放水訓練を行いました。出火場所によって避難経路は変わります。災害や火災時、避難訓練の際は職員の指示をよく聞いてお子さんと一緒に落ち着いて避難をお願いします。



～ 発達支援講演会を開催しました ～

7月11日(土)、発達支援講演会を開催しました。多くの方からご参加いただき、大変ありがとうございました。参加できなかった方にも、講演の内容をお伝えいたします。

○ 講演のテーマ

「応用行動分析をととした こどもの行動の見方や親・大人のかかわりかた
～叱る・注意するから、褒める・促すへシフトする～」

講 師：上越教育大学大学院 学校教育研究科 教授 松下 健 氏

※「応用行動分析」とは、目に見える「行動」と「前後のできごと」の関係を客観的に観察し、環境を変えることで行動を変化させる。こどもを怒る回数を減らせます。

○ 講演内容

1. こどもの行動に注目するための3つのポイント

(1) 行動の捉え方

A：きっかけ(前に起きたこと)

B：行動(実際の行動)

C：結果を考える(後に起きたこと)

(2) 行動の法則

・行動を動かすパワー

- ①ごほうび : うれしいこと、メリット (笑顔、抱っこ、褒め言葉)
- ②いやなこと : ペナルティ、デメリット (怒鳴り声、お説教、玩具を取り上げる)
- ③強化 : 行動が繰り返されること
- ④弱化 : 行動が繰り返されなくなる

いやなこと (怒鳴り声) でやめさせるより、ごほうび (笑顔) で良い行動を増やす方が、親子の関係が良好になる。

(3) 行動との付き合い方 (注意・叱責から褒める・喜ぶへ)

○ 困った行動が繰り返される仕組み

	内容	例
A : きっかけ	行動の前に何があったか	おやつ売り場にて。こどもはお菓子を買ってほしい。親は買う予定なし。
B : 行動	こどもがとった行動	「お菓子買って～！」とお願いするが、断られ泣き叫ぶ。暴れる。
C : 結果	行動の後に何が起きたか	周りの目を気にしてお菓子を「買い与える」。

○ 望ましい行動を育む工夫

視点	内容	例
A : きっかけ	行動の前に何があったか	買い物の前に、事前に「今日買うのは1個ね」と約束。
B : 行動	こどもがとった行動	カートに乗り、大人しく待っている。
C : 結果	行動の後に何が起きたか	すかさず「静かに待てて嬉しいよ！」と褒める。

ポイント：褒めることで「良い行動」が増え、困った行動が自然と減っていきます。
良い行動につながるきっかけ作りが大切です。

すぐに使えるかかわり方のヒント

- ①代わりに適切な行動を示す。例) : 「走り回る」→「ここに座ろうね」
- ②小さく分ける。いきなり完璧を求めず、少しできたら褒める。当たり前を褒める。
例) : 「着替えて」→「靴下をひとつだけ履いてみようね」
- ③「あと〇〇で終わりね」と予告し、心の準備の時間を作る。指示の後に5秒間黙って待つ。こどもが自分で動き出したらすかさず褒める。
- ④1日数分、家事やスマホの手を止め、こども主導の遊びに付き合う「特別な時間」を作る。指示や否定・質問を控え、していることを実況して共感したりできたことを褒める。

最後に

毎日全ての関わりを完璧にする必要はありません。まずは1日一回だけ、できて当然のことをその場で褒めることから始めてみましょう。日々の小さな関わりの積み重ねが、こどもの成長につながります。

ご不明な点やご相談がありましたら、いつでもお声がけください。