

Dr.ひろみの



ハッピー子育て

か る た

ひ ろ ば

みなさん、こんにちは。最近、今しかできないと思うことが増え、やっておこう、行っておこう、食べておこうと活動的になっています。永遠に続くように思っていた子育てが終わると、自分の楽しみに時間が遠慮なく使えていいですね。福山雅治のライブにも行ったし、キックボクシングも始めてみました。限定ジェラートを食べてみたり、食卓に花を飾ってみたり。気持ちが豊かになった気分です。



☆読み手☆

鈴木 裕美 (すずき ひろみ)
香川大学医学部 小児科専門医

26

おそれれば

前が暗くて 転んでしまう

わくわく楽しめば

前が明るく 照らされる

25

み

ええない未来を

こわがって

ブレーキをかける

おとなと子ども



今月のかるた解説

私たちは経験したことがないことは怖いですし、他人のネガティブな経験を聞くと自分（子ども）もそうなるかもと不安になってしまいます。「やってみたい、行ってみたい」という気持ちにブレーキをかける。事故にあうかもしれない。失敗して傷つくかもしれない。うまくいかず迷惑をかけるかもしれない。ネガティブな可能性がうまくいく可能性の何倍も大きく感じてしまう。これはおとなも子どもも同じで、やらない言い訳や説得によく使われますね。これは不安の先取りです。

不安を先取りすると、一步を踏み出すことができません。また、おそろおそろ踏み出しても、うまくいかないかもという不安が、目の前の道を暗くしてしまいます。恐れれば転ぶものなのです。

反対に、「経験したことがないことをやってみよう」「無理かもしれないけどチャレンジしたい」とわくわくできれば、楽しそうなあなた（子ども）を応援したり、一緒にやってみたい人が不思議と現れ、実現します。うまくいくかどうかは、あなた（子ども）がどれだけやりたいかどうかなのです。勇気をもって「わくわく」しませんか。

