

佐賀女子短期大学付属ひしのみこども園

ひしのみだより

令和8年5月12日

文責 園長 和泉 秀浩



「抱っこの効果」

最近「抱っこをしすぎると抱き癖がついてよくない・・・」という会話を耳にしました。本当にそうなのか、ちょっと調べてみました。

以前は、抱き癖がつくのでよくないといわれている時期がありました。しかし、昨今の研究では、「抱っこ」には、子どもの成長に様々な良い効果があることがわかっています。現在では、「抱き癖」は心配する必要はないとされています。

抱っこしてほしいというのは、子どもの自然な欲求です。その自然な欲求を満たしてあげることは、子どもの自立にとっても重要であることが分かっています。逆に、抱っこの要求を無視したり応えなかったりすると、子どもは愛情不足を感じてしまい、かえって寂しがりになったり、自立心が育まれにくくなったりすることもあります。親が子どもの求めに応じることは、甘やかしてではなく、安心感を与えるための大切なステップとなります。

抱っこされた時の安心感があるからこそ、子どもは自信を持って新しいことに挑戦したり、一人で遊びに夢中になったりできるようになります。不安な時も、甘えたい時も、たくさん抱っこをしてあげることで、子どもが「いつでも戻れる安心な場所」を感じられるようになります。こうして育まれた安心感は、子どもが自立するための土台となり、少しずつ自分で歩き出す勇気を育ててくれます。

この他にも、抱っこによって、五感や筋肉への刺激を受け、その刺激は神経細胞同士が結合し脳の発達へとつながるそうです。また抱っこするママやパパと密着して動きを共にすることは、運動能力やバランス感覚の発達にも効果的だそうです。

また、「抱っこ」などのスキンシップをすることで、心に安心感や幸福感をもたらし、リラックスさせてくれる親子ともに「オキシトシン（「幸せホルモン」や「愛情ホルモン」と呼ばれている）」というホルモンが分泌されます。つまり、スキンシップをたっぷり受けて育つことで、子どもはより一層リラックスしやすくなります。その安心感が、子どもの自立へとつながっていきます。

安心感や安心な場所を確かめるために、子どもたちは「抱っこ」を要求します。それが、その後の、身体の良い発達や自立心の更なる向上に向かうとしたらどうでしょう。そのうち「抱っこ」とは言わなくなります。要求があるうちは、「抱っこ」をたくさんしてあげたほうが良いのではないかと思います。

保育参観・春の遠足

保護者の皆様には、4月25日の保育参観・総会、5月1日の春の遠足にご参加いただきありがとうございました。

いつも以上に子どもたちの笑顔を見ることができました。やはり、子どもたちは、保護者の方と一緒に過ごすことが一番嬉しいようですね。

ひしのみこども園もようやく令和8年度がスタートできたように感じます。

