

♪保健師からの子育てワンポイントアドバイス♪



爪かみには、わずかにかむものから、ほとんどかじりとってしまうものまで、程度は様々です。また、年齢としては、3～4歳頃からみられ、小学生の頃が最も多いようです。

原因としては、精神的に緊張し、イライラしているときに現れやすいようです。きつく叱られたり、難しい課題を与えられたりしたときに現れます。

親が厳しすぎたり、あれこれ指示が多すぎると、精神的緊張が強まり、爪かみの根深い原因となっていることがあります。どちらかと言えば、神経質な子どもに多く見られるようです。

<対処法>

爪かみを、叱って辞めさせようとしたりせず、どうして子どもが爪かみをせずにはいられないのか、その原因を取り除いてやるのが大事です。

一緒に遊んだり、親子の温かいふれ合いを心がけ、爪かみしないで済むような配慮をしてあげましょう。



問合せ・発行

富士市 地域保健課 Tel6 4 - 8 9 9 3
こども未来課 Tel5 5 - 2 8 9 6
(子育て総合相談センター)