

♪保健師からの子育てワンポイントアドバイス♪



爪かみ



爪かみには、わずかに噛むものから、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。

親の言動が厳しい、あれこれ指示が多いと、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。また、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>

爪かみを叱ってやめさせようとせず、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ことが大事です。

一緒に遊ぶことや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 Tel.64-8993~4
こども家庭課 Tel.55-2896
(子育て総合相談センター)