



# たいよう

## 子育て通信

平成30年 NO. 160

東加古川子育てプラザ  
TEL 423-5517  
加古川駅南子育てプラザ  
TEL 454-4189



つんとした冷たい空気に、ひんやりとした風。もう季節はすっかり冬です。今年も瞬く間に過ぎていき、あっという間に今年最後の月になりました。クリスマスにお正月休みと、楽しみがいっぱいの12月。子どもたちは「待ちきれない！」といった様子で、毎日ワクワクしながら過ごしているのではないのでしょうか。

12月31日の夜には年越しそばを食べたり、大晦日ならではのテレビ番組を見たりと、子どもたちもちょっと夜更かしができる特別な日ですね。元旦にはお雑煮やお節料理をいただきお年玉をもらい、今年一年も皆が幸せで、子どもたちが元気に成長できるよう願いたいですね。凧揚げ、羽根つき、こま回しなど、日本の伝統の遊びを楽しむのもいいですね。子どもたちに日本の文化を伝えながら、家族そろって楽しいお正月を過ごしましょう。



### ★寒さに負けず親子で外遊び★

戸外に出ると鼻から吸う空気は冷たく、吐く息は白くなります。「白い煙がでるよ！」と驚きながら、ママやパパが白い息を出せば子どもたちも見よう見まねで白い息を出そうとします。白い息を吐きながら機関車になって歩いてみると、子どもたちは走り始めます。汽車になって走ればもう地面は線路、その場所が遊び場になります。走った後は体もぼかぼか温まりますね。寒い季節も親子で楽しく元気に遊び、風邪をひかない体力作りができるといいですね。





## ズバッと解決Q&A



Q.1歳9ヶ月の男の子。最近思うようにならないことがあるとすぐにかんしゃくを起こします。ついついわがままだと思って叱ってしまうのですが、どう対応すればよいのでしょうか。



### 子どもの気持ちをくんでやる



A. 1歳半を過ぎると、次第に喜怒哀楽がはっきりしてきて、手がかかるようになってきます。その中でも、特に困るのが「かんしゃく」です。

かんしゃくは、自分の思い通りにならないと激しく泣いたり、わめいたり、ひっくり返ったりすることです。他人が思うようになってくれない時だけでなく、自分ができないことに対しても起こします。

かんしゃくを見ると、「すぐに感情的になる」「わがまま」と思ってしまいがちですが、かんしゃくは子どもが成長するうえで、どうしても通らなければならないものです。これは、子どもの心が成長して、自分の要求をはっきり出すようになってきたのですが、まだ周りの状況を判断できないし、自分の気持ちもうまく伝えられない、そのジレンマがかんしゃくになります。子どもの心が自己主張できるくらい育ってきた証拠です。

大切なことは、かんしゃくを「わがまま」「悪い子」と決めつけて叱らないことです。また、かんしゃくを起こして困るからと、こどもの言いなりになるのではなく、子どもの気持ちをくんでやることです。

「嫌だったんだね」「自分でどうしてもしたかったんだね」と、子どもの気持ちをくんでやり、抱っこしてやると、少しずつ治まってくると思います。悲しい気持ち、つらい気持ちを親にわかってもらうだけで、子どもはその気持ちを受け入れ乗り越えることができるようになります。自分はお父さん、お母さんに大切にされているという心の安心感も生まれるし、人の気持ちをくむという、思いやりが育つ土台にもなると思います。

# ママの時間

## ♥ハンドメイドを楽しもう♥

10月25日に東加古川子育てプラザで「ハンドメイドフェスタ」が開催されました。アクセサリーや髪飾り、キーホルダーに手さげバッグなど、たくさんの手作り雑貨の販売と、簡単にできるワークショップコーナーが設けられました。訪れた親子は、すてきな作品を手にとったり、自分に似合うか合わせてみたりして、お気に入りを見つけて購入してくれました。ワークショップでは子どもがいても簡単に作品作りができるよう準備されていたので、普段はなかなか手芸ができないママたちも、作品作りを楽しんでいました。それぞれのブースを担当するのは、普段子育てプラザなどで活動しているサークルのママたちと、OBサークル、シニアボランティアさんたちでした。ママたちは、家事や子育てに忙しい中、少ない時間を有効に使い準備や作品作りに励んでくれました。OBサークルのママの中には、講師の資格を取っている方もいます。

子育て中は、自分のための時間はなかなかないものです。そんな中、少しでも自分のためにできる事を見つけて楽しみを持ってみてはいかがでしょうか。そうしてリフレッシュしたらまた子育てや家事を頑張れるのではないのでしょうか。



そんなママたちをこれからも子育てプラザは応援しています。

☆こんなイベントもあるよ。  
ぜひ参加してね☆



## ♥手作りCafe♥

～かわいいどんぐり帽子を編んでみよう～



**東加古川子育てプラザ \* 12月6日(木)・13日(木)・17日(月)・27日(木)**  
**加古川駅南子育てプラザ \* 12月20日(木)**

時間 \* いずれも14:00～15:30(出入り自由・子ども同伴可)

持ち物 \* 中細・並太程度の毛糸 2玉・毛糸に合ったかぎ針

※1杯50円のあたたかい飲み物もあるよ。持参もOKです。

問合せ \* 東加古川子育てプラザ Tel 423-5517

加古川駅南子育てプラザ Tel 454-4189



## ♡子供が風邪をひいた時に食べさせたいメニュー♡

### ●レンジで作るおかゆ●

#### 材料

- ・ご飯(子ども茶碗1杯)
- ・水(1000cc)・塩(ひとつまみ)

#### 作り方

耐熱容器にご飯と水と塩を入れて、ラップをかるくかけて電子レンジで3分加熱します。その後3分蒸らします。



※消化吸収の良い食材を軟らかく煮るなど、のどごしのよいものを作ってあげましょう。

### ●野菜たっぷりポトフ●

#### 材料

- ・ウィンナー(2本)・玉ねぎ(1/2個)・大根(5cm)・人参(1/2本)
- ・コンソメ素(2個)・水(600cc)
- ・塩胡椒(少々)

※胡椒はなくてもよい

#### 作り方

野菜を全部さいの目切りにします。ウィンナーと切った野菜とコンソメの素を入れて15分煮込みます。火を止めてお好みで胡椒を入れます。



## 子育てプラザからの ご案内

### ☆なかよしクリスマス会☆

【日時】12月18日(火)10:30~12:00

【内容】キャンドルサービス、クリスマスグッズ作り、親子ふれあいあそび  
サンタクロースからのプレゼントなど

【場所】加古川市民会館 【対象】2、3歳の子どもと保護者

【参加費】子ども1人につき300円 【定員】80組(先着順)

【申込み】12月6日(木)から

【問合せ】加古川駅南子育てプラザ

Tel 454-4189



**きらりing** 「サンタさんプレゼント持って来てくれるかなあ」12月になる  
**編集室** と、子どもたちは期待に胸をふくらませていますね。25日の

朝、子どもたちはいつもより早起きで、「わーい！これほしかったおもちゃだ！」とプレゼントを見て大喜び。子どもたちの笑顔を思い浮かべながら欲しいものの調達に、きっとサンタさんは大忙しではないでしょうか。今年もサンタさんがんばって！

スタッフ一同、応援しています♡

