

たいよう

子育て通信

令和元年 NO. 164

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



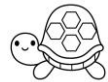
暑く長かった夏もようやく終わり、日ごとに秋の深まりを感じる季節になりました。空を見上げると雲の形が変わってきたり、耳を澄ませば虫の音が聞こえてきたり、道ばたにはかわいい花が咲いていたり。親子で「秋みつけ」をしながらお散歩するのも楽しいですね。

また秋祭りなど、地域の行事にも参加しましょう。お祭りには「地域をつなげる力」があると言われていています。子どもたちは家族以外の大人と関わることで貴重な経験ができます。親も積極的に参加することで世代を越えた豊かな人間関係ができ、地域ぐるみで子どもの安全を見守ることもつながるそうですよ。



♡ ほっこり ♡

◆水辺の生き物が大好きなYちゃん(4歳)は、いつも子育てプラザのカウンターでメダカやドジョウ、ザリガニをじっと眺めています。そしてYちゃんは大きなカメのリュックサックがお気に入りです。いつも背負っています。「Yちゃん、カメさんが大好きなのね。大きくなったら飼育員さんになるのかな?」と尋ねると、Yちゃんは言いました。「ううん、カメになるの!」



◆夏休みに関東のおじいちゃんの家で10日間お泊りしたSくん(6歳)は、久しぶりに会えてとても楽しかったことをいろいろと話してくれました。しばらくすると「…あのね、おじいちゃんとお別れする時にぼく泣いてしまっせん」Sくんの優しい気持ち、きっとおじいちゃんに伝わっているよ。またお電話してあげてね。



ほめ上手になろう！

～できた事をほめて子どもをぐんぐん元気に～

10のうち子どもが1しかできなかった時、つい「何で、1しかできないの」「あと9はどうしてできないの」と言ってしまうがちです。つまり、言葉をかけても、できた1をほめる言葉は、まず出てこないですよね。しかし考えてみると、10のうち1はできています。決して0ではないのです。ところが、例え2割できても「何で8割できないの？」3割できても「何で7割できないの？」と否定の言葉しか出てきません。全くできていないわけではないのに「自分なんて全然だめだ」とやる気をなくす子どもが多いのは、こんな理由があるかもしれないですね。

例えば、子どもがテストで60点を取ってきたとします。その時、まず目が行くのが、間違ったところ、バツになったところ。「ここはどうして間違ったの？」「こんなこともわからないようじゃダメね」と言ってしまう。結果として子どもが聞くのは、ほとんど注意と否定の言葉です。

60点取れているなら、4割は注意されても、6割はちゃんとほめてもらってこそフェアな評価といえると思います。さらに言えば、自信が持てない子、自己肯定感の低い子どもの場合は、逆にできない4割は問題にしないで、できた6割をしっかりとほめてあげてほしいです。自分もやればできるんだとうれしくなって、意欲が生まれ、結果として、できなかった4割もできるようになっていくと思います。今回はテストを例にしましたが、日常のなかで、そんな場面はたくさんあると思います。

ほめられると、親子の信頼関係もつくり、自己肯定感という心の土台ができ、何事にも意欲的に取り組んだり、社会のルールもちゃんと守れるような基礎作りができたりします。自分は大切な存在だと思えて初めて、他人も大切にできるようになります。

どうぞほめ上手になってくださいね。



参考「大好きが伝わるほめ方・叱り方 ～明橋大二著～」

好き嫌い

～多くの、パパ、ママが子どもの好き嫌いに悩んでいます。～
《食べ物好き嫌いの原因》

• 先天的な原因

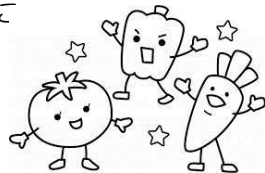
• 子どもは大人と味覚が違う…味覚の中の「酸味」や「苦味」は乳幼児にとっては本能的に「毒」や「腐敗物」だと判断されます。そのため酢の物のような酸っぱい物やピーマンのように苦いものは苦手なことが多いのです。1歳を過ぎてからの方が好き嫌いが出やすいのは、視覚、臭覚、味覚などの発達により、食べ物見た目、味、色などに敏感になるからです。ある意味好き嫌いの出現は成長の証とも言えます。

• 後天的な原因

• 心理的なものが大きい…食べないと叱られた、食べた後お腹が痛くなったなど、その食べ物のイメージが悪くなって嫌いになってしまうパターンが多いです。

《好き嫌いの解消法》

- ゆっくり食べ慣らしていく…調理方法や味付けを変えて何度も出して食べ慣らしていく。
- 食べた時はしっかり褒めてあげる…褒めてあげることで自信につながり、食べる意欲もあげられます。初めのうちは少量から始め、食べ残しににくいようにあげましょう。
- 家族で食事をする…家族の人が美味しそうに食べているのを見ると、子どもも食べてみようと思いがわきやすいです。家族だけでなく友達同士と一緒に食べるのも効果的です。
- 間食は控え目に…間食でお腹をいっぱいにしてしまうと、食欲が落ち本来の摂取量が減ってしまいます。
- 食器などを工夫する…本人の好きなキャラクターの食器を使うなど工夫してみましょう。
- 無理に食べさせないように…残してしまっても怒らないようにしましょう。かえってトラウマになり、ますます嫌いになってしまうこともあります。



食べられなくてもよいというわけではありませんが、好き嫌いがあっても「肉が嫌いでも魚でタンパク質は補っている」というように、他の食べ物を代用して栄養が補え、すくすくと成長しているのであればそれほど問題はありません。あまり気にしすぎないようにしましょう。

子育てプラザからのご案内

☆イクメン講座☆

～いつものスマホ写真を

「ホメられ写真」に～

【日 時】10月19日(土)10:30～12:00

【内 容】スマホ写真の上手な撮り方、SNS やアプリなどの話

【場 所】東加古川子育てプラザ

【対 象】小学生未満の子どもの父親

【定 員】15人(先着順)

【参加費】無料

【申込み】10月8日(火)9:00～

東加古川子育てプラザ

Tel 423-5517



★イクメン講座★

～パパと元気に1・2・3!～



【日 時】11月30日(土)10:30～11:30

【内 容】マット、フープなどを使った運動あそび

【場 所】加古川駅南子育てプラザ

【対 象】2歳～小学生未満の子ども1人と父親

【定 員】20組(先着順)【参加費】無料

【申込み】11月8日(金)9:00～

加古川駅南子育てプラザ

Tel 454-4189

ママのためのマネープラン ～知って得するお金のはなし～

【内 容】簡単家計の見直し術とお金の働かせ方

【対 象】小学生未満の子どもの保護者、プレママ、プレパパ ※託児あり(生後6ヵ月以上)

【定 員】各10組(先着順) 【参加費】無料

《東加古川子育てプラザ》

【日 時】11月19日(火)10:00～11:30

【申込み】11月7日(木)9:00～

Tel 423-5517

《加古川駅南子育てプラザ》

【日 時】12月4日(水)10:30～12:00

【申込み】11月20日(水)9:00～

Tel 454-4189

薬剤師からのハッピーアドバイス

【日 時】11月14日(木)10:00～11:30

【内 容】子どものスキンケア ～塗り薬の正しい使い方～

【場 所】東加古川子育てプラザ

【対 象】小学生未満の子どもの保護者 ※託児あり(生後6ヵ月以上、先着20人)

【定 員】20人(先着順) 【参加費】無料

【申込み】11月5日(火)9:00～ 東加古川子育てプラザ Tel 423-5517



きらりing

編集室

子育てプラザでは、休日にひろばの遊具とおもちゃを全て消毒します。ある日、休日スタッフのおじさんがひろばで消毒していると、女の子(3歳)が「きれいにしてくれてありがとう」とお礼を言いに来てくれたので「こちらこそありがとう」と言ったそうです。すると女の子が、近くにいたお父さんに「お父さんもお礼を言って」と頼み、お父さんも「ありがとうございます」と言ってくれたそうです。おじさんは「うれしくて疲れが吹き飛びました」と笑顔で教えてくれました。素敵な出会いが広がる子育てプラザに、ぜひ遊びに来てくださいね。

