

3歳



3年保育を選ぶなら、 いよいよ来春は入園だ!

パパの武勇伝を語ろう

3年保育なら、入園を控えたこの時期、社会デビューに子どもは緊張気味。そんなときはパパの幼稚園・保育園のときの武勇伝を語って、肩の力を抜かせてあげよう。入園後はママから様子を聞いて、相談にのってあげよう。

赤ちゃん返りをケア

パパに愛されているという安心感

入園を控えたり、きょうだいが生まれるなどの生活の変化から、ママから切り離されるという不安やストレスを感じて、言葉が滑らかに出てこなくなったり、ほ乳瓶やおっぱいを欲しがるようになったりすることもあります。

決して叱らずに、大げさなくらい声をかけたり、抱きしめたり、話を聞いてあげましょう。上の子は「自分も愛されている」という実感が欲しいのです。気持ち安定すれば自然になくなっていきます。



きょうだいが生まれた

ぼくたちはその日から
おにいちゃん・おねえちゃん…?

下の子が生まれて、ママはてんてこまい。今まで両親を独占してきたのが一変。「おにいちゃんなんだから」「もういい加減ひとりて」なんて言ってしまうがち。「上の子」に昇格したからって、急成長するわけじゃない。ママが下の子の世話で手が離せない分、パパが上の子を十分ケアして、「新しい家族」をみんな愛情たっぷりに受け入れよう。



子どもは芸術家

自由な発想に感動

クレヨンやはさみが上手に使えるようになるころ。危険がないよう気をつけて、これらを自由に使わせよう。のりで物がくっつく感覚も楽しい。既成概念にとらわれない作品に、きっと超感動だ。

健診 3歳児健診

心配なこと、医師に聞いておきたいことなどをピックアップしておきましょう。
●最後の乳幼児健康診査。目と耳の検査が加わります。

3歳におススメの絵本のタイプ

- 主人公になりきって遊んだり、作品中の言葉を使って遊ぶなど、主人公と同じ気持ちになれるもの
- おいしそうな食べ物を中心に話が展開していき、絵を見たら幸福感を得られるようなもの



この時期気をつけたい事故事例

3歳の子どもの運動機能 ●動きが活発になり、高いところへ登れるようになる。

転落・転倒	すべり台、ブランコ、ジャングルジムなどからの転落 浴室のタイルで滑って転倒
切傷・打撲	車のドア、パワーウィンドーに挟まれる／はさみやカッターナイフなどの刃物で切傷
誤飲・窒息	戸棚の中の医薬品、洗剤、漂白剤を誤飲 こんにやくゼリー、もちがのどにつかえて窒息／豆類を鼻の中に入れる
ヤケド	食事の際に熱いものをこぼす／花火、ガスコンロなどに触れる
溺水	屋外の水遊び用のプール・溝・池での溺水
交通事故	急な飛び出しによる交通事故。自動車の中でふざけていて急停車などにより打撲

Q&A

Q なかなかおむつが取れません。
何か良い方法がありますか？

A おむつ外しは焦らずゆっくりと。一度トライさせてみたけれど、なかなかうまく進まないなら、またおむつに戻して仕切り直してみてもいいのです。トレーニングは楽しくやるのが大事。成功したら、ほめて本人をその気にさせましょう。たとえば、トイレに「ごほうびシール」を貼るなどして、気分を盛り上げましょう。

Q 良い園の選び方は？

A 子どもにとって社会生活の第一歩。子どもの性格に合った園に決めましょう。その基準はさまざまですが、送迎を主にだれがするのかを決め、自宅又は職場に近い園をいくつか候補にあげましょう(各市町村の広報紙参照)。公開保育や見学に子どもと夫婦で行って、子どもが楽しそうな表情を見せた園がベスト。また、次のポイントもチェックしましょう。

- 園内外の整理整頓ができていますか。
- 在園児が楽しそうに遊んでいるか。
- 来園者にあいさつ、言葉掛けをしてくれるか。
- 先生や保育士が明るい雰囲気か。

また、在園児の保護者から話を聞くなどして、夫婦ともに安心して子どもを預けられる園を見つけましょう。

4歳



パパはおもちゃ屋さん

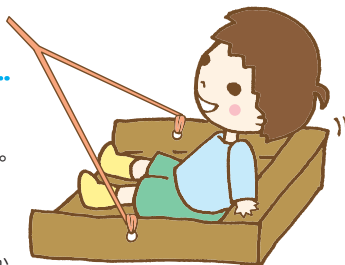
段ボールは何にでも変身する魔法の箱

●段ボールトンネル

段ボールを何個もつなげると長いトンネルに。広い戸外で作って遊んでも楽しい。

●段ボールロボット

大小さまざまな段ボールを手足、胴体、頭にかぶってロボットの出来上がり。頭の部分の段ボールには顔が見えるように丸く穴を開けておこう。折り紙や紙皿、リボン、ボタンなど何でも貼って、色を塗ろう。



●段ボールソリ

空き箱(段ボール)にキリで穴を開けて、ビニールひもを通しただけの「簡易ソリ」。これを家のフロアリングでびゅーんと引っ張って遊ぼう。

●段ボールバスケット

段ボールの広い面を切って斜めにし、ふたを上に向けてゴールにする。風船のまわりに新聞紙を細長く折って巻きつけると、ボールの完成。これなら、家の中でバスケットしてもうるさくないし痛くないし、夢中になりそうだ。



早起きは三文の得

平日の生活リズムを崩さない

休日は子どもと早起きして、朝ごはんを一緒に作ってママをびっくりさせよう。早起きすると1日を長く使える。休日にたっぷり遊ぶことで、平日の規則正しい生活リズムを保てる。

Q&A

Q 子どもとどうやって遊んでいいのかわからず、ついテレビやゲームで時間を過ごしてしまいます。子どもに悪影響があるのでしょうか？

A 子ども向けの楽しい番組ならば、テレビを見ても問題ないでしょう。ただし、テレビに守りをさせるのはよくありません。テレビを見せるなら、親と一緒に1日30分くらいを目安に、また、ゲームも時間を決めてやるようにしてはど

うでしょう。基本的に子どもは外で遊ぶのが大好きです。テレビやゲームは控えめに、近くの公園に出かけて思いっきり自由に遊ばせましょう。パパが子どものころ、夢中になった遊びと一緒にやってみるのも楽しいでしょう。

4歳におススメの絵本のタイプ

- 登場人物の気持ちがわかり、自分も同じような気持ちになれるもの
- 現実の世界から離れて、想像したり、空想の世界で遊べるもの

この時期気をつけたい事故事例

4歳の子どもの運動機能 ●遊ぶ範囲がぐっと広がります。

転落・転倒	ビール瓶のケースやエアコンの室外機などに登り、誤ってベランダから転落
切傷・打撲	廊下を走っていてドアや壁に衝突 包丁やかみそりなどの刃物でケガ
誤飲・窒息	薬、コインを誤飲 こんにやくゼリー、もち等がのどにつかえて窒息
ヤケド	マッチ、ライターなどの火遊び
溺水	川、池、海での溺水
交通事故	自転車に乗っていて事故



パパに聞きました!

「一緒に遊んで子どもが喜ぶことは何ですか？」

(長野市内で開催された子育て支援関連のイベント会場にて約100名の父親・母親にアンケートを実施)

- 第1位** 公園で思いっきり体を動かす(30.0%)
- 第2位** ボールなどの遊具を使って体を動かす(22.8%)
- 第3位** 水遊びや自転車に乗る(17.1%)

やっぱり、パパとはお外で思いっきり遊ぶのが楽しい♪

パパ&ママに聞きました!

「ママが留守の間、不安なことは!？」

●ママが留守のときに困ったこと

- 第1位** 泣きやまないとき(理由が不明、さみしいから等)(55.0%)
- 第2位** 子どもがぐずって母親を探す(27.5%)
- 第3位** 食事の準備・食事の仕方(15.0%)

「泣きやまない」我が子に手を焼くことも…。それを乗り越えたら、楽しいお留守番になること間違いなし!

●パパに預けて不安だったこと

- 第1位** 食事(36.7%)
- 第2位** 泣きやまないとき大丈夫か心配／泣くとそのままにしてしまう(30.0%)
- 第3位** おむつを替えてくれたか心配(13.3%)

やっぱりママは心配。「聞いておくべきこと」はきちんと押さえておこう。

イクメンアンケートに見る!