



すくすくちびっこだより

『すくすくちびっこだより』は子育て中のお母さんたちにより作成されています。

★編集&発行 ちびっこだより制作委員会 *TEL 71-1560

★問い合わせ先 子育て支援センター-いろはぼけと *FAX 71-1561

イベント情報

※都合により変更になる場合もあります。

!! 12月 5日(火) KYT (危険予知トレーニング)
9日(土) すくすく子育て講座 冬のコンサート

!! 1月 19日(金) すくすく子育て講座 お母さんのための癒し講座

!! 2月 すくすく子育て講座 企画中!!

★おまんこわくによる販売 ~ 保育園グッズの販売が予定されています。
12月 18日(月) 19日(火) 1月 26日(金) 27日(土)

☆クリスマスオーナメント☆

ツリーのかざり、ガーランドにもなる
オーナメントを手作りしてみませんか?

材料: 紙粘土、ビーズや絵具等、ヒモ
道具: めん棒(ラップの芯)、ストロー、クッキー型等

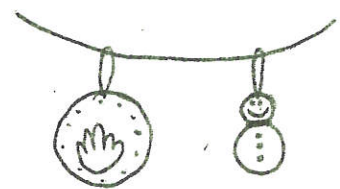
作り方: ①紙粘土をめん棒で均一にのばします。

②クッキー型やコップでくり抜きます。

③ビーズを埋めたり、スタンプを押したり、
お子さんの手型を押すのもかわいいです♪

④ストローでヒモを通す穴をあけます。

⑤乾いたら、お好みで絵具で色をつけて、
ヒモを通せば完成!



びっくりふうせん

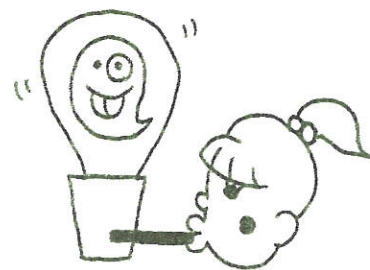
材料: ビニール袋、紙コップ、
ストロー、テープ

作り方:

①ビニール袋に好きな紙を書きます。

②紙コップの下の方に穴をあけ、
ストローをさします。

③ストローの先にビニール袋を巻いて、
テープでしっかりとめます。



てがた☆あしがたアート

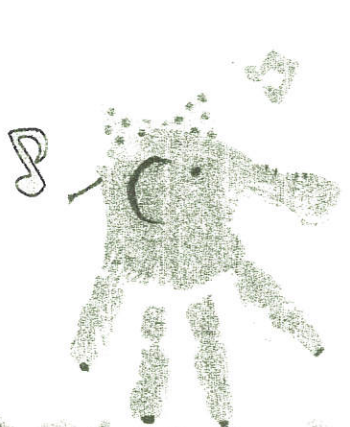
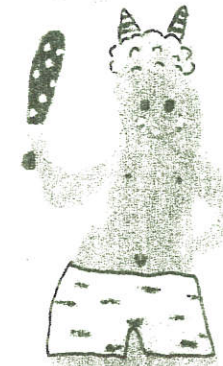


お子さんの成長をかわいく
残しませんか?
パパ、ママと一緒にペタペタ
して楽しみましょう♪



♡足形でオニさん♡
こんなオニなら怖くない!?

♡手形で仲良しぞうさん♡
親子で作って家族の思い出にも!



オニはそと〜!
ふくはうち〜!

☆実物や写真がいろはぼけと、みのわ〜れに飾ってあるので見に来て下さい☆

絵本の紹介

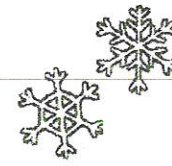
今回は「絵本のある暮らし月刊MOE」で、
毎年発表される絵本屋さん大賞に輝いた
作品をご紹介します♪

★2016年1位 『もうぬげない』 作ヨシタケ シンスケ
服が脱げなくなった子の行動に笑いが止まりません!果たして結末は!?

★2015年1位 『リゆうが あります』 作ヨシタケ シンスケ
ハナをほじったり、貧乏ゆすりをしたり... 主人公のぼくが考えた理由とは?

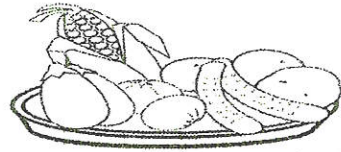
★2014年1位 『入いって すてきだね』 詩安里有生 絵長谷川義史
入いってなにかな。沖縄に住む小学校1年生の男の子が書いた詩が絵本に。

※少し大きい子向けの絵本ですが、HPにランキングも載っているのでお子様の年齢に合った本を見つけてみて下さい☆



今回は以前皆さんにお聞きした子育てのお悩みの中から、特に多かった食事についてのお悩みとイヤイヤ期についてのお悩みについて、各ご家庭で実践された成功例やアドバイスを紹介します!!

Q 離乳食を食べてくれない。



特に野菜はよく煮たり、味を濃くしたりしても食べてくれません。

A 我が家では1歳前後の記憶力が鮮明でない頃は、しばらく嫌いなものを出すのをやめて、忘れた頃に出すと食べるがありました。ただし2歳近くになると記憶力もしっかりしてくるので、残念ながらこの方法は効かなくなります(笑)

A うちの子は離乳食の頃は何でも食べたけど、1歳2ヵ月頃から突然野菜をほぼ食べなくなりました。半年弱食べなくなった後、また少しずつ食べ始め、2歳ちょっとをすぎてイヤイヤ期でまた食べなくなり、3歳近くのイヤイヤ期でまた食べずの繰り返しです。

A うちの子も離乳食を食べなくていろいろ悩みましたが、3歳になった今ではいろんな種類の野菜を食べるようになりましたよ! 離乳食の時に野菜を食べなかったからといって、その後もずっと食べないということではないので気長に待ちましょう。食べなければ「まあいいか。」くらいの気持ちで、子どもが元気で遊びまわっていれば大丈夫! お母さんがストレスをため込まないようにしてくださいね。

Q 食事の時に気に入らないと食べ物を「べー」と出したり、嫌になってくるとスプーンやフォークを振り回したりして遊んでしまいます。

A しばらくご飯をあげてみて、明らかに遊び始めるようだったら、しっかり食べていなくても終わりにするのも1つの手かと思います。1歳児であればこのような姿はどの家庭でもあるかと思います。ちなみに食材を手で掴んで一見遊んでいるように見えても、感触を確かめているような場合は、遊びとはまた違うのでやらせてもいいかと思います。2歳半を過ぎてくると親の言うこともわかってくるので、「遊んでいたらごちそうさまね」など声掛けをするとだいぶ違ってきます。遊んだ時点で食べ物を片付けるとそこで学習し、次回からちゃんと食べるようになりました。

Q 最近野菜を食べしてくれなくて困っています。



いろいろと工夫はしていますが、お菓子ばかり欲しがります。

A うちの子も野菜を食べない時期がありました。食べない時期は好きだったホットケーキにほうれんそうと牛乳をミキサーでかけたものを入れたり、にんじんをすりおろして入れたりしていました。市販のホットケーキミックスは相当甘いので、粉も小麦粉をベーキングパウダーと少量の砂糖で作っていましたが、安上がりだし意外と簡単にできましたよ。他にはよけきれないというくらい細かく野菜を刻み、チャーハンに入れたり、スープに砕いて入れたりしていました。初めの一口さえ食べてもらって美味しいとわかれば食べてくれるのですが、それがなかなかうまくいかないですね。

A ご飯を食べなくてもお腹がいっぱいにならなければ、次の食事でお腹が空いているので食べる可能性はあります。ご飯を食べなかったからといって、その後にバナナなど果物やお菓子をあげてしまうと「ご飯を食べなければ好きなものが出るんだ」と学習するので要注意です。1食くらい食べなくても子どもは元気いっぱいです!

A 我が家の娘は離乳食の頃は、おっぱいが大好きでほとんど食べませんでした。少しでも食事に興味を持ってほしくて、1歳過ぎから包丁を持たせて自分で食べる食事を一緒に作っていました。食べる時には、目をつぶって「何が入っているでしょう?」や「ハンバーグは何でできているでしょう?」など、できるだけ楽しみながら食事ができるようにしていました。子どもは自分で料理をしたり、母親のお手伝いをしたりするのは大好きなので試してみてください。包丁が危ないかな?と思うようなら、ステーキを切るナイフならば切れすぎずに子どもにもおすすめです! のこぎりみたいにギコギコしながら一生懸命切ってくれますよ。



Q イヤイヤ期、お店でも大泣きして困る。みんなどうやって向き合っているのかな?

Q 何をやるにもイヤイヤの時期になった。上手な“操縦方法”を模索中です!

A イヤイヤ期大変ですよ。お店でもカートに乗ってくれなくてすぐに走って行ってしまったり、寝転んで駄々をこねたりとうちも困りました。お店では「かぼちゃはどこにあるでしょう? ニンジンはどこ?」など店を回る時に子どもにクイズを出すことで嬉しそうに探すことができました。また「牛乳を持ってきて」など役割を与えると自信満々の顔で持ってきてくれましたよ。当時は走ってどこかに行ってしまった息子ですが、3歳近くなったら手をつないでお店を回ってくれることも多くなりました。時期が経てばだいぶ落ち着くとは思いますが。女の子はあまりお店を走り回ることがないという方が多かったので当時は羨ましかった…(笑)

A 2歳のイヤイヤの時には本人に選択させる場面を多く設けました。例えば「靴下を履くのが嫌!」となったら、違う2つの靴下を持ってきて「どっちがいい?」と聞くことで、自分で決めたことは素直に聞き入れる姿がありました。だんだんこちらも諦めモードになると「右と左と違う靴を履く!」なんてことがあっても「どうぞどうぞ」って感じてました。(笑) あとは「イヤ!!」となったら「じゃあもういいよ。」とイヤを肯定すると逆に「やっぱりやる~」なんてこともしばしば。ただイヤって言いたいだけじゃん! 2歳のこの時期はまだ理屈や説明は難しいように感じました。



A 3歳のイヤイヤの時は、子どもの方が交渉して来たりします。「~をしたらやる」なんて言うのですが、その交渉を1度か2度は聞いて待つと、その後素直に言うことを聞いてくれることがありました。ただし時間がない時はこれがイライラするんですよね~。なかなか聞いてあげられないのもしばしばですが…。食事面で野菜を食べない時は、「これを食べたなら今日の予定を発表します!」と言い、一口食べたら「~に行って~」また一口食べたら「~ちゃん、~君がいるよ」という感じで4口くらい食べていました。一口食べて美味しければ食べてくれたりするので、最初の一口をどうやって食べさせるかが勝負でしたね。この時期私が最もイライラしたのは歯磨きでした(泣)

A うちでは子どもがイヤイヤした時には、親の私も泣いて困ってるところを見せました。そうすると子どもは唖然として1度冷静になってくれました。演技力ですよ。

