

子育てのじかん★

北区役所子育て支援課*保育士通信 vol.1

不定期更新「子育てのじかん」です(^^) /
長らく続いていた外出自粛期間、ようやく気をつけながらも外出することが
増えていくことと思います。
自粛期間に発信していた「おうちじかん」は「子育てのじかん」として
発信することになりました。
今までより不定期更新となりますが、子育てのお供に
読んでいただけると嬉しいです♪

(たぶん)なんにも買わない!

汚れない!

家にあるもので遊ぼう♪のコーナー! ♪

☆秘密基地作り☆

このネーミングだけで
WAKU WAKUする☆

子どもは狭い場所を好む。

子どもが中でなにをしているのか
そーと覗いてみよう。

気分は
ドラえもん

～押し入れの中もよし～

あら? このへやにいたはずの我が子がいないっ
...と思ったら押し入れにいた!!
気がないつりして「○○ちゃんどこ行った～」と探してみよう

～毛布で作るもよし～



他に何浮かあう?

これも使える?

一緒に作って

一緒に入ってみませんか

家にあるダンボール。
広げておいておくと
なせか入りたくなる
お気に入りの
おもちゃを挟んで
自分のおんせ作り。

～ダンボールに入るも
よし～



よし～

これおんせ

ええ

ママのおんせ
いいじゃん

箱大さめ。

今回のテーマ↓

「ごはんじかん」

ごはんじかんの POINT ①

こすらの気持ち

育児とは諦めの連続

「楽しい雰囲気」と「そんな日もあるさ」のススメ

楽しい雰囲気の作り方

こども + ごはん +

ママの笑顔♪



「だけと」

昨日は食べたのに
今日食べない？
いつも一緒にじゃないよね
そんな日もある!!

とは言え
いつもニコニコなんて
できない!!
そんな日もある!!

離乳食時期から幼児まで、様々な年齢で親を悩ませる「食事」問題。

「好き・嫌い」「食べむら」「遊び食べ」

ほんと、困っちゃう(ノド)ジクジク...

ごはんじかんの POINT ②

すききらい

すききらいって

だめなこと?

視点を変えれば、味覚が発達したってこと。

子どものころ、食べれなかったものでも

大人になって食べれるようになるものって

ありますよね♪

とはいえ、いろんなものを食べて欲しいと思うのも親心

嫌い・苦手な原因を探るのもひとつ。
触感?味?匂い?

とろみをつけると食べやすくなることもあるようです。

ごはんじかんの POINT ③

遊び食べ

一生懸命作ったごはんでは遊ばれると悲しくなったり腹が立ったり…。いつまで食べさせたらいいの?と思うことはありませんか?

子どもは長い時間集中して食べることは難しいです。

遊び始めたら、「もうおしまいにしようね」と言い、片付けるのもひとつ。

小食の子どもさんには、その子が無理なく食べれる量にして、『全部食べた』ことを子どもが自信になるように、また大人も「全部食べたね♪」と喜びを伝えてみましょう



～☆各区子育て支援課には保育士がいます☆～

子育てのことで困ったこと・わからないことがあれば、いつでもお電話くださいね。

堺市北区役所 子育て支援課 TEL *072-251-1512