

お子さんと会話していますか

赤ちゃんのときは、「アー」「ウー」などの喃語なんごに答え、「いや!」「だめ!」の時期は、「〇〇だからいやだったのね」と気持ちを受け止める言葉がけをし、「なぜ?」「どうして?」の質問に丁寧に答えていくと、幼児になった時お子さんと楽しい会話ができるようになると思います。

今、お子さんとどんな会話をしていますか?

言葉のキャッチボールをしてみましょう

空を流れる雲を見て「おもしろい形だね」、道端の花を見て「きれいだね」とつぶやいたときはチャンス!! 子どもの気持ちに共感しながら会話をふくらませられるといいですね。なにげない会話が、実は一番大切なかもしれません。

身近にいる大人とたくさん会話して育った子どもは、「他の人の話も聞ける」「自分の思いもきちんと言葉にできる」など、コミュニケーション力も育っていくと思います。

子どもとたくさん話をしよう!!



生活習慣は毎日の積み重ねが大切!!

何ごとも、積み重ねが大切ですが、食事・手洗いなど、生活習慣については特にそうですね。

むやみに強制することは良い方法とは言えません。話して聞かせながら理解させるようにすると、子どもは実行するものです。

そして身近にいて手本となる大人の姿が何より大切!! (子どもはしっかり見えていますよ…)

お子さんを信頼して任せたり手伝ったりしながら、しっかり生活習慣を身につけさせていきましょう。

お子さんは健康に育っていますか

健康に育つにはなんといっても食事が一番! 多くの食品をバランスよく食べること。

全部手作りは無理でも、子どもにはできるだけ添加物の少ない自然の素材を調理したものを与えたいですね。でも、時には甘いお菓子も心の栄養になるそうです。

子育て中、一番怖いのが事故!!

子どもは思わぬ行動をとり、ひとつのことに目がいくと周りが見えなくなってしまう。安全についてはきちんと教えていきたいですね。

知識だけというより、自分の身を守るための経験をしていくことも大事です。常に身の周りから危険をとり、のぞいてしまうのではなく、石ころが転がっている道を歩く経験も、障害物をよけて歩く経験も大切!! 転んですりむいたり、

ちょっとした高いところから落ちたり、痛い思いをしながら子どもは身の守り方を覚えていきます。

大きな事故につながる前に転んだら手がでる、物が飛んできたらよける、ぶつかりそうになったら身をかわす、そういった力を、小さいころから養いましょう。そのためには、外でたくさん遊ぶことが大切です。

異物を口や耳にいれたり、危険なもの(ライターなど)をいたずらしたり、車道や危険な場所に飛び出したりした時は、まったなしのダメだしです。



頑張りすぎは禁物!!

リフレッシュしたい時には、おじいちゃん・おばあちゃん、子育て中の友達に協力してもらい、自分の時間を作ることも大切です。

また、子育てで「どうして?!」と悩んだ時にも意見を聞いてみると、違った見方ができて悩みが解決する場合もあります。

