

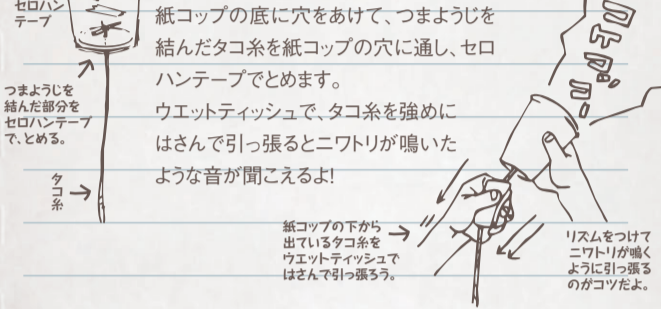
連載 第1回
一緒につくって 一緒に遊ぼう!

簡単な材料で楽しい手づくりおもちゃが完成。
「わー!すごーい!」と子どもはニコニコ。

コケッコ

材料
 紙コップ、タコ糸、つまようじ、セロハンテープ、ウエットティッシュ

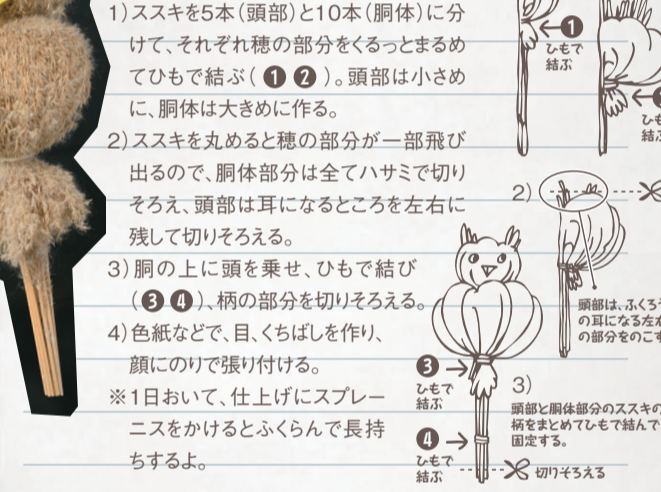
作り方・遊び方



ススキのふくろう

材料
 ススキ15本、ひも、紙(目とくちばしを作る)、ハサミ、のり

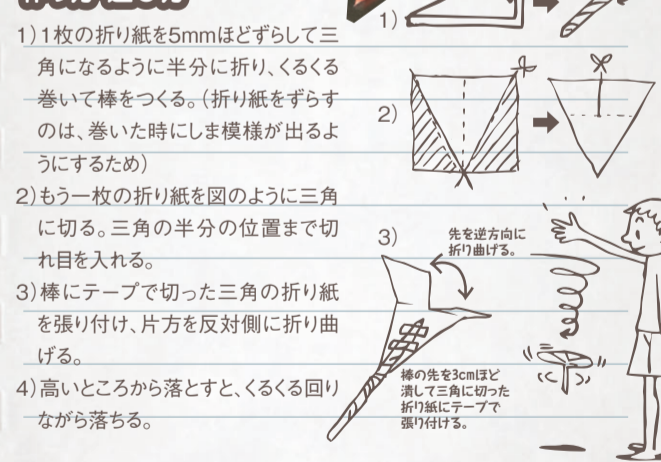
作り方



くるくるとんぼ

材料
 折り紙(2枚)、セロハンテープ、ハサミ

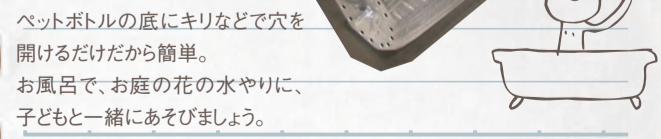
作り方・遊び方



ペットボトルシャワー

材料
 ペットボトル、キリ(千枚通し)

作り方・遊び方



(社)富山児童クラブ連合会では、手づくりのおもちゃの指導に出張します。
 お気軽にお問い合わせください。(費用は材料費のみ負担をお願いします)
 TEL:076-439-8555 <http://www.fitweb.or.jp/tcca/>

Point 5 叱る時は 全人格を 否定しない

「一方的に「ダメな子だね」と人間すべてを否定したり感情的に叱ったりしないようにしましょう。」

Step up 1
 ひと呼吸おいて、「どうしてそうしたの?」とまず子どもの話を聞いてみましょう。

Step up 2
 叱る時は「ダメな子」というのではなく「○○のところ、こんな理由でダメ」と伝えましょう。

ダメな子だ!

Point 6 「一緒に○○しようか」と誘う

スポーツや趣味(好きなこと)への関心を高め、「一緒に○○しよう」と誘って共通の話題を持つことができます。

Step up 1
 子どもの方から誘ってきた時は、なるべく応じてあげることです。今、手が離せない時は事情を説明し、改めて時間をとることが大切です。

Step up 2
 食事の用意や後片づけ、掃除などにも誘いましょう。「○○しないで」では命令で終わり、自主的なお手伝いには発展しにくいものです。

Point 7 ノーテレビ・ノーゲームデーを 設ける

家族のふれあいや会話を遠ざける「因にテレビやゲームがあります。思いきって、週に1日も設けてみましょう。テレビのスイッチをOFFにすると、家族のふれあいがONになります。」

Step up 1
 食事中にテレビをつけることや、新聞を読むことを控えましょう。

Step up 2
 テレビを見る時は一緒に見て、その感想を話し合うのもいいでしょう。

おうちごはんは同級生! 毎日3食しっかりどぞ!

後立ちレシピ No.01 食べさせたいごはん

冷たいもの、のど越しのいいものはかり食べていると、ますますハテマス。ハ宝井はどろみがついているので、食欲がなくても食べやすいです。

【材料/1人分】

ごはん.....150g	グリンピース.....5g
豚肉(うす切り).....30g	油.....小さじ1
いしか.....20g	塩.....小さじ1/4
玉ねぎ.....20g	
にんじん.....10g	煮出汁.....50ml
ピーマン.....10g	しょうゆ.....少々
もやし.....20g	塩.....少々
キャベツ.....25g	かたくり粉.....適宜
しいたけ.....10g	水.....適宜

【作り方】

- 材料は、子どもが食べやすいように小さめに切る。
- フライパンで豚肉、いか、火の通りにくい野菜の順に炒め、味を整える。
- 煮出汁に味をつけ、水溶きかたくり粉でとろみをつけ、②を加える。
- 茶碗にごはん、具を盛り、グリンピースをちらす。

栄養バランス満点の **ハ宝井** 夏パテの時はこれ!

協力 富山短期大学食物栄養学科 桑守豊美教授

Point 1 スキンシップは 親子の絆の 根っこを育てる

抱きしめること、頭をなでることなどのスキンシップをとおして、安心して、親の愛情を感じとりましょう。

Step up 1
 さみしい時、うれしい時、子どもが求めるスキンシップに必ず応じましょう。

Step up 2
 「さみしかったね」「がんばったね」と共感やほめる言葉を添えましょう。

Point 2 会話の手本は 大人から

お父さん・お母さんの会話、三世代同居の場合はお父さん(お母さん)とおじいちゃん(おばあちゃん)との会話が、手本になります。楽しい会話、相手を尊重した会話など、日頃から気をつけましょう。

Step up 1
 大人の明るく楽しい会話を心がけましょう。

Step up 2
 一方的に自分の用件を話さず、相手とは聞き姿勢を見せることも大切です。

Point 4 話をする時、 子どもの目の 高さに合わせる

目は「心の窓」です。視線を合わせることは、子どもと親の心が、同じ立場でふれあうことです。

Step up 1
 子どもと親には大きな身長差があります。叱る時などは、特にしゃがんで視線を合わせましょう。

Step up 2
 よく聞いて子どもの心がわかった上で、言うべきことは伝えましょう。

子どもの心のしくみ

知能 運動能力

自主性 社会性 興味・意欲 意志 表現力 やさしさ

心の安定

親の役割 スキンシップ・共感的言葉 がんばりを認める言葉

詳しくは「子育てネットとやま」の家庭教育講座をご覧ください。

オススメ絵本

「おじいさんは同級生」 著者 ながのうさぎ 発行 フォニックス出版

ひんたからお父さんの子も時代はタイムスリップした子も。お父さんと同級生になってしまった、テレビゲームをいじるとかみだるおじいさんの子ども時代は、実は面倒なもので、やさしい少年だった。小学生の父はやがて大親友になるのだが、元の時代に戻る時がきた。親子で一緒に読んで、お父さんの子ども時代のことを話してあげてください。

親子だからこそ大事なこと
ふれあい・会話は 子どもの心を はぐくむ栄養素

ふれあい・会話は、子と親の心を安定させます。心の安定は、友達との関係や社会性を育み、学力も高めます。ふれあい・会話を弾ませるためのポイントを紹介いたします。

Point 3 よく聞く

よく聞くと、子どもはたくさん話します。たくさん話すことで心が明るくなり、その上、親は子どもの心がわかります。

Point 4 話をする時、子どもの目の高さに合わせる

目は「心の窓」です。視線を合わせることは、子どもと親の心が、同じ立場でふれあうことです。

Point 5 叱る時は全人格を否定しない

「一方的に「ダメな子だね」と人間すべてを否定したり感情的に叱ったりしないようにしましょう。」

Point 6 「一緒に○○しようか」と誘う

スポーツや趣味(好きなこと)への関心を高め、「一緒に○○しよう」と誘って共通の話題を持つことができます。

Point 7 ノーテレビ・ノーゲームデーを設ける

家族のふれあいや会話を遠ざける「因にテレビやゲームがあります。思いきって、週に1日も設けてみましょう。テレビのスイッチをOFFにすると、家族のふれあいがONになります。」

アドバイス いただいた方

富山短期大学幼児教育学科 小芝隆 学科長教授

左の三角形は、子ども(人間)の心のしくみを示したものです。一番下の「心の安定」が、その上の段の自主性・興味・意欲・意志と社会性(思いを表現したり、やさしさなどの友達と付き合う力)を育てるこの自主性が一番上の段の知能と運動能力を伸ばします。

この意味で「心の安定」が、すべての心の土台になっています。子どもの「心の安定」は、大人からのスキンシップ、心の通い合う会話(共感、子どものがんばりを認める言葉など)から生まれます。特に大切なのは、心が不安定な時「さみしさ、悲しさ、怒り、恐れ、痛みなどの時」に「心の安定」へと導く言葉「さみしかったね」「悲しかったね」「怒りたかったね」「怖かったね」「痛かったね」など、自分のことのようにわかってくれる親の共感的な言葉です。

お父さんと一緒に読んでほしいオススメの一冊です。