

# Maman's Club

vol.010

ままんずくらぶ | 忙|し|い|ま|ま|ん|の|子|育|て|相|談|室|



**Q** 3歳と1歳の兄弟、よく動くので目が離せません。

**A** 色々と目移りするものがたくさんあると、動きたくなくなりますので、遊びの環境を整えていきましょう。また「だめ」「危ない」など遊びを中断させない環境づくりをする事で、集中して遊ぶことができます。

3歳は言語の時期。言葉に興味関心をもてる年齢。1歳は指先を器用にする遊びを取り入れてください。この時期、親子で兄弟で遊ぶのにおすすめなのが、レゴブロック、折り紙、粘土。おしゃべりしながら手を動かす遊びです。下

**Q** 4歳。お菓子をすぐくほしがる。友達の間ももらうので心配。

**A** おやつ時間の前に、おやつ以外の楽しみを声かけしてください。「おやつの後、〇〇をして遊ぼうね」。だから食べをせずに、さつと切り上げて、外遊びなどで気分を変えてみましょう。

また、季節の食材、手作り、硬めの食感などを意識してカロリーオーバーにならない工夫と、よく噛み満腹感を得て、食べる量を加減してください。小さいおにぎり、さつまいも、りんごなど素材を活かしたものがおすすめです。

## ★今月のおすすめ遊び★

### 「スタックバケツ」

室内遊び、砂場遊び、水遊びに最適です。穴があいているのでシャワーにもなります。



### 「リングディング」

カードと同じように指にリングを入れて競います。小さいお子様は真似をするだけでも楽しいですよ。



### 「キッズハサミ」

しっかり切れるから面白い！ 怪我をしないように、気をつけながら自分のイメージに向かって、子どもは集中して創作活動を行います。



## お便り大募集 !! 悩める“ままん”やご家族からのお悩みもお待ちしています。

ハガキ

〒523-0893  
近江八幡市桜宮町289 フジビル3F  
(株)中広 オウティ編集室

『Maman's Club係』宛

Eメール



ouoty@chuco.co.jp

※読者の皆様からお寄せ頂いた個人情報は「Maman's Club」コーナーに掲載する他、本人の同意を得ず第三者に開示・譲渡いたしません。

子育てに関する悩みや不安を抱えていませんか。オウティでは、みなさんがもっている問題を解決するお手伝いをします。質問はオウティ編集室まで送ってください。

プロフィール

育ママ教室  
代表 育児アドバイザー  
パンパ マリ  
馬場 真鯉さん



## 私がお答えします！

「一生に一度の育児を思いつき楽しみませんか。」

0歳～9歳までの育児教室です。「育児を学び」ライフスタイルに合った親子の時間を手に入れるお手伝いをしています。

0-3歳 The sky is the limit ~可能性は無敵大~  
《親子育児教室》  
4-6歳 《子ども塾》  
7-9歳 《好奇心と思考力》

育ママ教室

体験は随時募集しております。  
詳しい内容は【WEB】ikumama.jp/



〒523-0893  
近江八幡市桜宮町210-11  
【TEL・FAX】0748-26-5344  
【Mail】mail@ikumama.jp  
平日火～金曜 (10:00～17:00)

