# Maman's Club vol.042

ままんずくらぶ

|忙|し|い|ま|ま|ん|の|子|育|て|相|談|室|

**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。

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。お名前は掲載しませんので、ペンネームでもOK。お子様の年齢または月齢を添えて、オウティ編集室まで送ってください。

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
outy@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。

「育ママ教室」友だち登録後、応募フォームより送信

プロフィール Profile

＼私がお答えします！／

育ママ教室
代表 育児アドバイザー
馬場 真鯉(バンバ マリ)さん

「一生に一度の育児を思いっきり楽しみませんか。」

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

育ママブログ

**Q** 外に出たがりません。寒くなってきたから余計…？お外遊びの誘い文句を伝授ください～

**A** 遊びが大好きな子ども達ですが、「やらされている」と感じると動きが鈍くなります。「お散歩に行こう」「○○を見に行こう」など「歩く・見る・発見」＝「冒険」のイメージで誘ってみてはいかがでしょうか。面白いと感じたら、自発的にどんどん遊び始めます。お散歩コースに四季を感じられるものを見つけておくといいですね。

**Q** 市販のお菓子が好きで、ご飯を食べません。

**A** 手作りのお菓子はいかがでしょうか。季節のお野菜を加えて、一緒に作るのもいいですね。食べる時間、量は決めましょう。ダラダラ食べは集中力を欠いてしまいます。おやつは、食感が柔らかく、咀嚼の力があまりいらないので、満腹だと感じにくいので食べ過ぎてしまいます。味付けも濃いものが多いので、素材の味をいかした手作りおやつも取り入れられるといいですね。

**Q** だんだん寒くなってきて、寝るときのお布団やパジャマ、部屋の暖房管理のよい具合がわかりません。2歳男子。寝相が悪く、元気いっぱい布団をけとばすタイプです。

**A** 大人が丁度いい温度は子どもにとっては少し暖か過ぎる。を目安に、室内の温度を調整してみてください。日中室内では裸足。寝始めは、足裏がお布団から出ていると体温調節がやり易くなり、睡眠の質が上がります。パジャマの上に、厚めでお腹も包んでくれる長めのベストは寝相対策の一つになるかもしれませんね。

**Q** いつからお金を使わせていいか悩んでいます。小学一年生になりました。

**A** お金の「ルール」と「計算」を知ってもらう遊びを親子で経験しながら、お子様のタイミングで始めてはいかがでしょうか。遊びを通して学んだことは、主体的に考える思考回路を育み、応用力も身につきます。おすすめの遊びは「おままごと遊び（お店屋さん）」「ボードゲーム・カードゲーム（10までの数を使用するもの）」。

## ★今月のおすすめ遊び★

▲0歳～
おもちゃの王様
「プラステン」
数・おままごと遊び。
結通しも。

▶6歳～
「ぴっぐテン」
10までの足し算

◀6歳～
「マラケシュ」
一番の商売人は誰?