

Maman's Club

vol.048

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おります。

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、オウティ編集部まで送ってください。

〒523-0893
近江八幡市桜宮町289フジビル3F
(株)中広 オウティ編集部
【Maman's Club係】宛

EMAIL



outy@chucu.co.jp



「育ママ教室」友だち登録後、応募フォームより送信

※読者の皆様から寄せ頂いた個人情報【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。

Q 年少の時から、園での水の遊びを（特に外で行われる砂場での時）嫌がります。手が汚れるのを嫌うように思います。今年も、少しでもいいので克服してほしいです。どうし

まず、2つ。意識してみてください。①睡眠の質 ②整理整頓 ③睡眠の質を上げること、気持ちが悪くなる効果が期待できます。コツは入眠から3時間を深く寝る。そのために寝る前の流れを一定にして、思考する時間を減らし、目からの情報、刺激を減らす。夜はスマホを極力見ないで、脳を休憩させる。

②片付けがまだ難しい年齢です。おもちやがいとも散らかっているようでしたら、それぞれお気に入りのおもちやを3個ずつ。共有できるもの2つ。計8個ぐらい。1人4アイテムまで。この中には入れてください。凶鑑もお勧めです。また、危ない、やって欲しくない行動が伴うようなものを一旦片付けておく。「ダメよ」と言わない環境を作ると子どもが主体的に遊ぶようになり、日常生活がスムーズになっていきます。

★ 今月のおすすめ遊び ★

1人でも、みんなでも、異年齢でも遊べる♪ 想像力と創造力を育みます!



●ウエイトアップレイ キングオブザロード



●クレーパーアップ・4.0

Q 本に興味を持ってくれませんが、読み聞かせをたくさんしたいのに聞いてくれませんが、2歳なんです。オスメの本などあればぜひ教えてください！

A 体を動かす楽しさを感じている時期なので、リズムカルと一緒に体を動かせるものがオススメです。また言語を習得する時期でもあるので、身近な物の単語（見たり触れたりできる物）と日常生活の挨拶などが入ったものもオススメです。「でんぐりでんぐり」「だるまさんが」「あつちゃんあがつく」など。

Q 入浴の時に石鹸で泡を立てる。お手伝いで食器洗い。靴を洗う。家庭菜園（ペランダの鉢植えでもOK）パン、お菓子作り等、日常生活の中で興味を持ってそうなものでトライしてもいいですね。小麦粉粘土（※アレルギーには注意）、絵の具遊びもお勧めです。

Q 2歳、4歳の子ともがいます。気持ちの余裕が持てません。イライラばかりしてしまいます。

プロフィール

私がお答えします! /

(一社)育ママ教室
代表 育児アドバイザー
ハンパ マリ
馬場 真鯉さん



0-3歳 The sky is the limit ~可能性は無量大~
《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)

育ママ教室
Instagram



@IKUMAMACLASS

たらいいですか？