Maman's Club

ままんずくらぶ ～子育て相談室～

vol.61

Q 一人で寝られません。怖いと言います。いよいよ春に中学生になりました。いつまで一緒に寝てもいいのでしょうか？

A 睡眠は子どもから大人まで、とても重要な時間です。日常生活、活動の源になります。夜ふと目が覚めた時、朝起きた時などに、近くにご家族のぬくもりを感じてぐっすり眠れるのでしたら、年齢は気にならず、ぜひご一緒に♪

Q 砂遊びや手を汚すことを好まないようで、園での粘土や砂遊びも見ているだけだったり、絵の具やのりが手についたらすぐに洗いに行きたがります。強要することでもないのでしょうが、まさかずっとこのままっ？とたまに心配になります。一緒にパン作りもトライしましたがダメでした。プールは大好きです。年中クラスです。

A これらの遊びは、触覚の発達を促し、表現、手先の技巧性等を育むツールの一つです。今は汚れるのを好まないのでしたら、別のアプローチ（プラスチック製品等、手が汚れないもので、さまざまな形状を触る・ブロック、積み木・お絵描きで表現）で、遊ばれても良いかと思います。その他にお米を研ぐ、食器洗い、お風呂で身体、髪の毛を洗うなども効果的です。長い目で見ていただくと同時に、手のマッサージ、手遊び、シール遊びなどで一手への刺激も導入してください。

Q 子どもと1日過ごすのがやっとで大変すぎて毎日することのレパートリーがないーどうしたらいいですか。3歳と0歳で、3歳は外に行きたがるけど、暑いし正直大変になるからあまり外に出たくない。

A 子どもは繰り返し・ちょっと難しい事・自分で！」が大好きです。特別な遊びよりも〔役割を担う＝お手伝い〕を喜びます。最初は色々と手間がかかって大変ですが、出来るようになると〔言葉〕で理解できることがぐんっと増えるので育児もラクに〔楽しく〕なりますよ♪動くことが大好きな3歳さん。着替えを取りに行く、ゴミはゴミ箱へ。お茶を入れてもらう。オムツを取ってきてもらう等。ちょっとした事でOKです！ポイントは3つ。

①毎日やれる内容
②ミッションを明確に
③応援する

〔完璧を求めず、過程を見守り、励ます〕午前中にミッションを行い、お昼は一人遊び、夕方は入眠までのルーティンを一緒に、丁寧に行うのがおすすめです。

今月のおすすめの遊び

大人から子どもまで無限に遊べます♪

▶「カプラ」

お便り大募集!!

育児に関する悩みや不安はありますか？オウテイでは、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。
ペンネームでの応募もOK。お子さんの年齢または月齢と、不安なことや相談したいことを下記宛にお送りください。

ハガキ　〒523-0893 近江八幡市桜宮町289ツジビル3F
（株）中広 オウティ編集室「Maman's Club係」宛

メール　outy@chuco.co.jp

「育ママ教室」友だち登録後、応募フォームより送信

※読者の皆様からご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・提供いたしません。

「一生に一度の育児を思いっきり楽しみませんか。」

0～5歳 *The sky is the limit ～可能性は無限大～*
《親子同対教室》
4～6歳 《子ども教》
7～9歳 《好奇心と思考力》
育ママ教室

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

育ママ教室
インスタグラム
@IKUMAMACLASS

まずは「これならできそう」を見つけるところから始めませんか？
ママが笑顔になって「ちょっとオモロイ」な育児。
育ママ教室がお手伝いします！

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