

“作ってみませんか!”

★ 牛肉とごぼうの混ぜご飯

白米	50g
ごぼう	8g
牛小間肉	20g
しその葉	0.5g
醤油	4.5g
酒	3g
砂糖	1.8g

一作り方

- ①ご飯は普通に炊く。
- ②ごぼうはさがきにし、しその葉は千切りにする。
- ③鍋に調味料を入れ、牛肉を煮る。牛肉が煮えたら一度取り出し、ごぼうを煮る。
- ④ごぼうが軟らかくなったら、牛肉をもどし、強火で汁気を少しとばし火を止める。
- ⑤炊き上がったご飯に④としその葉を混ぜる。



*** 『子育て広場なかよし』からのお知らせ ***

子育て中の親や祖父母の方、誰でも子どもさんと一緒に参加できます。

◎園庭、支援室開放 月～金曜日 午前 9:30～12:30 午後 1:30～3:30

- ・なかよし保育園で、親子で自由にあそんで下さい。
- ・絵本の貸し出しを行なっています。(月・水・金曜日の午前中のみ)

<火、木曜日の午前中は園外の活動をしますので、ぜひそちらに参加して下さい。>

◎青空保育 毎週木曜日 午前 10:00～11:30

清見田公園(文化センターの裏の公園)で手あそびやリズムダンス等をやっています。

◎小川公民館であそぼう 午前 10:00～11:30 (3階和室へ直接お出かけ下さい。)

- ★第1火曜日 - 『手作りおもちゃを作ろう』…申し込みが必要です。
- ★第2火曜日 - 演じてみませんか!…音楽に合わせて人形等であそびましょう。
- ★第3火曜日 - なかよし広場…ふれ合いあそびを楽しみましょう。
- ★第4火曜日 - 絵本と友だち…絵本の読み聞かせを楽しみましょう。

◎子育て相談 月～金曜日 午後 1:30～5:00

電話でも来所でも結構ですのでお気軽にご相談下さい。

焼津市の子育て支援センター

*活動内容等は各支援センターへお問い合わせ下さい。

☆子育て支援センターさくら	さくら保育園内(北新田 378-1)	☎656-0676
☆子育て支援センターみなみ	焼津南保育園内(焼津 5-13-14)	☎293-7474
☆子育て支援センターワッツ・スリー	第三ゆりかご保育所内(一色 722)	☎623-1551
☆子育て支援センターたかくさ	たかくさ保育園内(坂本 449-2)	☎629-5430
☆子育て支援センターとまとびあ	とまとびあ内(宗高 1205-1)	☎662-2300
☆親子ふれあい広場	焼津市役所アトレ庁舎内	☎626-3388
☆子育てサポートルーム	ウェルシップやいづ2階	☎627-2999



あそびに

2018年 11月

焼津市地域子育て支援センター
『子育て広場 なかよし』
☎620-0115
〒425-0036
焼津市西小川6-15-6
なかよし保育園内



おいでよ!

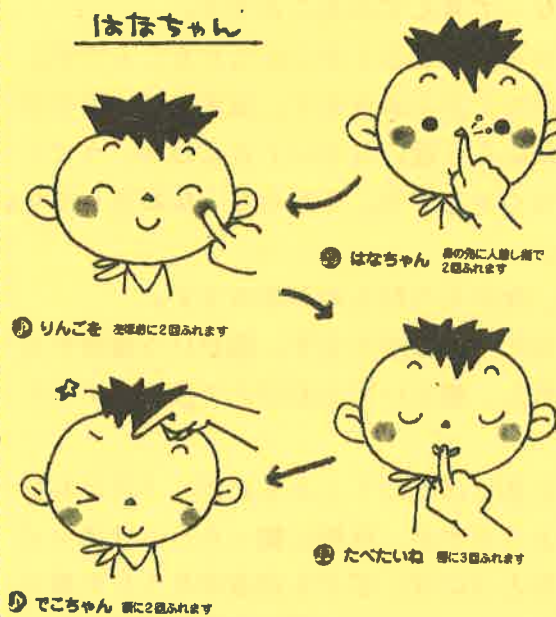


落ち葉、どんぐり、松ぼっくり、数珠玉など、子どもたちの興味を引くものがいっぱい11月。首飾り作りや砂で作ったプリンやケーキの上に乗せて、ごちそう作りなどと親子で楽しむのもいいですね。戸外へ出て、たくさん体を動かしてあそび、秋の自然に大いに触れましょう。

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので、うがい、手洗い、衣類の調節などに気をつけて下さいね。

わらべうた

お子さんの顔に触れてあそんでみて下さい。



シイのみ



どんぐりの中のしいの実(すだじい)は、生でも食べられますが、フライパンで炒って食べると、香ばしいです。



ふきたい人に... どんぐり醬

1. マテバシイのどんぐりの殻斗部分を5mmほどカッターで切り落とす。



2. 切った部分に、紙やすりをかけていたら、中の身をきりやくぎでとり出す。



3. 輪のようにして

しつけについてまわるのが「叱る」と「ほめる」です。どこでどう使い分けたいのか悩みますね。ことに「叱る」の難しさは、だれもが実感することです。何に気を付け、どんな態度で叱るのが、じょうずなしつけなのでしょう？



◎間違えないで、「怒る」と「叱る」は別の行為

感情的に怒鳴るのはしつけではなく怒り

しつけを考えるうえで叱る行為は避けて通れません。「叱らずに育てたい」とか「私はけっして叱らない」などという意見もありますが、子どもが成長していく過程では、叱ってでも教えなくてはいけない場面もあります。

自己コントロールがうまくできないうちは、危険とは知らず、命にかかわるようなこともしでかします。自分は快適でも人に多大な迷惑をかけたり、他人を傷つけかねないことも出てきます。そのような場面で、叱って制止することをためらう必要はありません。ただ、しつけのために叱るときは、「こうしてほしいから叱るのよ」という気持ちが子どもに伝わらなければ、叱る意味がありません。

イライラをぶつけて怒鳴ったり、怒りに任せてたたくのは、しつけとは程遠い行為です。

◎上手な叱り方ってあるのでしょうか？

上手な叱り方のヒントは、子どもの立場になって考えてみることです。

たとえば、子どもにとって一番つらいのは「できないこと」をしかられることです。子どもにはその年齢からいって、できないことがたくさんあります。気質的に、苦手なこともたくさんあります。大人でも、歌が苦手なのに「歌いなさい」と言われ、うまくできなくて責められたり叱られたりしたら、傷つくでしょう。子どもならなおさらです。ましてこれらは叱って直るものでもありません。

このほか、子どもにとってつらい叱られ方には、次のようなものがあります。

★感情的な叱り方……親の怒りをぶつけるような叱り方は困ります。親がいつ爆発するかと、子どもも親の顔色をうかがうようになるし、親といってもおびえて過ごすようになってしまいます。

★たたく、つねるなど……「しつけのためにはときにはたたくことも必要」「子どもはたたかないと覚えない」という考え方もありますが、体罰に頼ったしつけはマイナス面が大きいことを知っておきましょう。ひとつには、子ども自身がそうした暴力で人を動かすことを覚えてしまうからです。親の顔色をうかがうようになってしまいます。

★ほかの子との比較で叱る……「○○ちゃんはできるのに」「お兄ちゃんはそうではなかった」なども子どもは傷つきます。

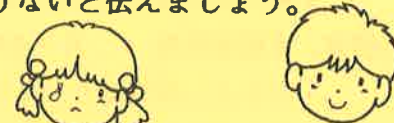
★役目を押しつけて叱る……「兄ちゃんなんだから」「姉ちゃんなんだから」「男の子なんだから」「女の子なんだから」などの言葉も、受けとる子どもはたいへんです。あまり小さなうちから「役割」を押しつけないようにしましょう。個性が、失われてしまいます。

★言葉による暴力……「うちの子じゃない。」「どこかに行っちゃいなさい。」良く聞かれる言葉ですが、言われた子どもは、親の愛情に不安を感じてしまいます。「ダメな子ねえ」なども、言葉の暴力と言えます。「もう知らない」「～してあげないよ」などの“脅し”もデリケートな子の心に不安を呼び起こしてしまいます。

★第三者のせいにして叱る……「あそこのおじちゃんが怖い顔をしているからやめなさい。」などと、第三者を引き合いに出して叱ることがありませんか？これでは子どもに自分の行動の何が誤りだったのかを伝えることはできません。

逆に、おじさんがいなかったら叱られなかったと教えてしまっているようなものです。だれが見ていようと見てまいと、いけないことはいけないと伝えましょう。

◎一日中叱ってばかりいて、自分が嫌になります。



①結果を性急に求め過ぎていないか……“約束”もそうですが、しつけは一朝一夕にできるものではありません。長い目で見ることが大切です。

②子どもの言い分も聞いてみる……泣いたりかんしゃくを起こすには、子どもなりに理由もあります。ケンカにしても、手を出したのが相手が先ということもあるし、それを頭ごなしに叱られては、子どもは「お母さんは何も聞いてくれない」と感じてしまうでしょう。聞いたうえで「そうだったの、でもね」と話し合えば、子どもも少しずつ聞きわけが良くなるものです。



◎叱ったあとはいつものやさしいお母さんに

大好きなお母さんに叱られるのは、子どもにとって大きなショックのはずです。叱ることが必要な場面で手加減することはありませんが、叱ったあとは、いつものやさしいお母さんに戻りましょう。

「わかったね」と笑顔を見せれば、子どもはすぐに元気になります。「お母さん悲しかったよ。○○ちゃんが大好きだから」とフォローして、子どもを安心させましょう。

いつまでも怒りを引きずっているのは最悪のパターン。叱るべきときに叱ったら、あとは気持ちを切り替えましょう！

「3歳までのしつけと脅し」を参照しました。