

# 10月 バアバちゃんの子育て考 No.7

吉田緑こども園  
理事 長谷川智子



まだまだ暑い毎日ですが、子ども達は元気いっぱいです。  
運動会に向けて一生懸命の姿を見て、バアバちゃんも元気を貰っています。

バアバちゃんは「ぐずでくらーい子どもでした。学校でみんなと一緒に走り回るのはあまり得意ではなかったように思います。普段近所の子どもと走り回り、田んぼを駆けまわる程「おてんば娘」だったのに…。集団が苦手だったのかも。(小学校くらいまで)

そんな時、いつもバアちゃんが「バアちゃんはおんが大好き。おんがなら出来る。“能ある鷹は爪を隠す”と云ってね…等」と抱きしめて元気づけてくれたのを思い出します。

## 言葉は言霊 母の友から

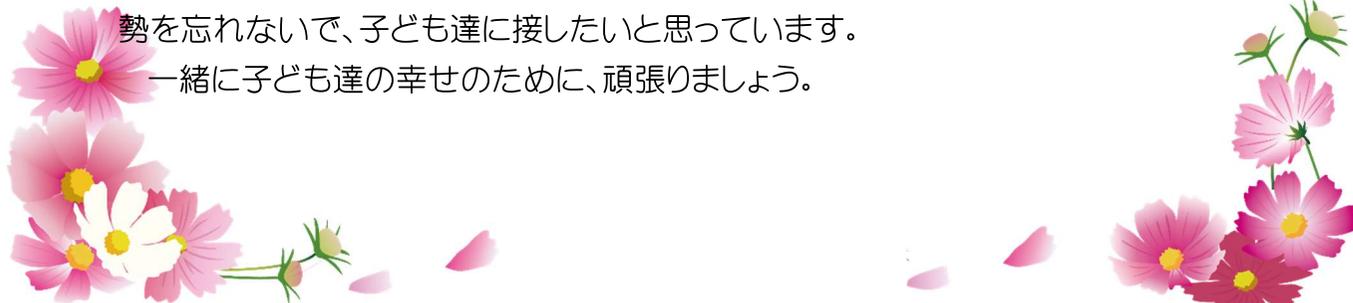


あるお母さんが、3歳になる女の子がチック症になってしまい、悩んでカウンセリングを受けたそうです。最近その子の下に赤ちゃんが生まれたのですが、カウンセリングの方に「上の娘さんを大好きよ、大好きよと抱きしめてあげていますか」と聞かれ、お母さんは全くしていないことに、はっと気づきました。

少々白々しいと思いつつも「〇〇ちゃん、大好きよ」と言葉をかけました。すると女の子は、目をまん丸にして「何！？ママ、今、なんて言ったの？」とお母さんがびっくりするくらいの反応をし「ママ、もう一回言って！もう一回！！」と何度もせがんだそうです。最後にはお母さんも女の子も泣きながら、抱きしめ合った…というお話しでした。



園の先生方も、一人一人の特徴を見分けながら「大好きよ、できるよ」と励ます姿勢を忘れないで、子ども達に接したいと思っています。  
一緒に子ども達の幸せのために、頑張りましょう。



## 食事をしっかり食べてもらうために

子ども達は、食が細かったり、苦手な食べ物があったりすると、食事を残してしまうことがあります。食事の時におなががすくようにしたり、少なめに盛り付けたり、食事に集中できる環境にしたりしてみてください。残さずに食べることは、食品ロスを減らすことにもつながっています。



### おなかをすかせる

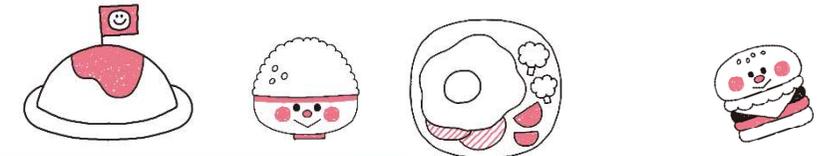


早寝早起きで生活のリズムを整え、おやつを減らしたり、外遊びをさせたりして、食事の時間に空腹になるようにしてください。



### 食べ切る工夫をする

普段より少なめに盛り付けて食べ切れるようにして、もっと食べたがった時は、おかわりをさせるようにします。



### 食べ物への興味を深める

苦手なものは、保護者がおいしそうに食べるようすを見せたり、少し食べたならほめたりするなど、工夫してみてください。

## 感謝の気持ちを持って残さず食べましょう

わたしたちの食事は、もとはすべて生きていた動物や植物です。命を食べることで、わたしたちは生きています。感謝していただくことを、子ども達にも伝えてください。

