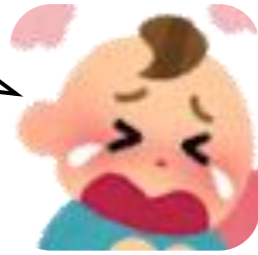


子育て中のお母さんお父さんに聞いた
「保育士に聞いてみたい、
興味のあることはなんですか？」



声のかけかた、伝え方

何を言っても イヤイヤ～！
何を言っても 知らんぷり～



そんな時！

知っている、ちょっと効果的な声のかけ方を、ご紹介します！

★ 知らんぷり～に効果的！
「肯定的な言い方」にかえる

(子どもにやってほしい行動を言う)

車の多い道路で…

食事のときに…

危ないところで…

お店の中で…

「走らないで」
↓
「歩いてね」

「(椅子から)立たないで」
↓
「座ってね」

「登ったらダメ！」
↓
「降りようね」

「勝手にあちこち行かない！」
↓
「ママと手をつないでね。」

★ イヤイヤ泣きに効果的！
「共感の声かけ」にかえる

(子どもの気持ちを言葉にする)

例えば「公園で遊んでいて、そろそろ帰りたいな…という場面」

もう帰るよ。遊ぶのはおしまいよ。

イヤイヤイヤー！帰らないー！

ダメ！もう帰る時間なの！

やだー！！



「共感の声かけ」に変えてみましょう！

イヤー！帰らないー！

もっと遊びたかったんだよね。

この一言が大事！

(ん？私の気持ちわかってくれてる…)

続けて次の楽しみを言ってみよう！

明日もまた公園来てあそぼうね！

帰ったら一緒に絵本読もうか！ etc

気持ちよく帰れた時はすかさず褒めましょう



離乳食について

【保育園の給食献立を立てている栄養士さんに聞いてみました。】

※レシピはこちらから



保育課栄養士 染谷さん

離乳食の献立を立てる上で大切にしている事と、おすすめレシピを教えてください。

さっくん期
(5～6か月頃)

【ほうれん草とにんじんのペースト】



緑黄色野菜の葉先をこの時期から献立に入れています。柔らかくすれば、食べる事ができます。

もぐもぐ期
(7～8か月頃)

【おかゆ】



完了食になったときに白米をしっかり食べられるように、ごはんとおかずはなるべく混ぜません。主食(おかゆ、パンがゆ)・主菜・副菜・汁物を毎日献立に入れています。

かみかみ期
(9～11か月頃)

【ベビーパンケーキ】



手づかみで食べやすい、大きさや形にしています。前歯でかじる練習もしやすいように工夫しています。

ばくばく期
(12～18か月頃)

【筑前煮】



離乳食の完了に向けて、いろいろな食材を使用しています。歯茎で咀嚼しやすいように、柔らかく煮ています。ちくわやこんにゃくは、咀嚼が難しいため、保育園では入れていません。

「どうしたらいいのかわからない…」 「誰も相談する人がいないな…」 「育児書には書いてないし…」
もっと相談したい！聞いて欲しい！そんなときは…

- ・公立保育園では電話で育児相談を受け付けています。 ※9時～17時(祝休日除く)
- ・「わくわく広場」では、栄養士・保健師・保育コンシェルジュ・保育士に相談できます。「各園広場」でも保育士に相談ができます。