

子育て支援だより

「子育てワンポイントアドバイス」

第123回 『多忙な中での子どもとのやり取り』

こころの相談員 前田 里美

誰にでも同じ1日24時間。それぞれの家庭の事情があったとしても、これだけは変わりません。朝早く出勤し帰宅も遅いお父さんやお母さん、ゆっくり子どもの話を聞いたり、触れ合う時間を持ちたいと思っても、なかなか時間が無いのが現実かもしれません。

そんな頑張っている親の姿を見て、甘えたいのを我慢したり、一生懸命手伝いをしたり、きっと子どもも頑張っているのだと思います。

そんな場合、やはり何かひと工夫あるといいかもしれません。そこで提案したいのが『交換ノート』。何も長文を書く必要も無く、「今日は雪合戦をして楽しかったよ。」「友だちにムカついた。」など何でもいいので子どもに書かせてみてはいかがでしょうか？「お疲れ様！おやすみなさい。」とほんの一言でもいいと思うのです。

それに対して親も何らかの返事を書いてあげてください。「お母さんも子どもの頃は雪の日が楽しかったな。」「ムカつく事があったんだ。お父さんもムカつく時あるけど、短気は損気だぞ！深呼吸な。」「おはよう。明日も一日頑張ろう!」「お母さんに聞いたけど、手伝いしてるらしいな。えらいぞ。」など、簡単な言葉でもいいでしょう。

メールやLINE等SNSでのやり取りが問題視される昨今、本当なら直接顔を合わせての言葉のやり取りが望ましいですが、文章での相手への気遣いややり取りも不可欠なものです。その練習としても交換ノートを気軽に始めてみるのもいいかもしれません。ただし、子どもが嫌がるなら他の方法を考えてみてくださいね。

※前田相談員は、朝日小学校・中学校で相談活動を行っています。

2月活動報告

2/19 7・8ヶ月児相談

対象：生後7～8ヶ月のお子さま

※対象のお子さまには個別でご連絡しております。

内容：身体計測、問診・育児相談、お友達づくり、救急法の演習、離乳食についてのお話



紙芝居
楽しかったね♪

お話を聞いて、
お友達とご挨拶☆
よろしくね☆

