



もっと気軽に!

家族で育児を楽しもう

多くの親にとって、子どもの成長や心のサインにいち早く気づき、見守っていられることが理想ではないでしょうか。

しかし現実には、仕事や家事に追われて子どもと関わる時間がなかなかとれなかったり、いつも余裕がなくてついイライラしてしまったり…。それはパパとママの負担が大きいせいかもしれません。たまには、肩の子カラを抜いてみませんか？

デリバリー 外食 家事代行サービス

レトルト・冷凍食品

ミールキット 宅配サービス

減らせる家事はおまかせしよう!

出前・時短家電・家事代行

すべて抱え込んでパンクしたり、余裕がなくてパパとママがケンカになったりしたら、子どもも悲しい…。そんなときはお助けツールの活用で、みんなの負担を軽減!

自動調理器

乾燥機付き洗濯機

食洗機

ロボット掃除機・コードレス掃除機

特集



室内で楽しもう! ひと工夫でおうち遊びをENJOY

① 折って吹いて「折り紙遊び」

折り紙を使った知育遊びは、子どもの集中力アップにもってこい。はじめての折り紙遊びでおすすめなのが三角折りです。折り紙の基本動作が入っているので、練習代わりにたくさん折ってみましょう。机の上を立て、息を吹きかけたり、子どもたちは飛び散る様子に大興奮。



用意するもの ☆ 折り紙

美容・エステ **通販** **スイーツ** **スポーツ**

旅行やイベントの計画

自分のことも大切に！ ささやかなご褒美

自己犠牲ばかりが親の務めではありませんよね。自分の「楽しい・好き」を大切にする姿勢は、子どもにもポジティブに影響することでしょう。

ティータイム **映画・DVD鑑賞** **のんびり過ごす**

育児の困りごと、こんなときどうしたらいいの？

相談してみましょう

- ▶ 地域子育て支援センター P.14・30
- ▶ ファミリー・サポートセンター P.35
- ▶ 一時預かり P.37

内容は一般的な見解で全てのケースで当てはまるものではありません

室内で楽しもう！ひと工夫でおうち遊びをENJOY

2 マスキングテープ de 「おうち遊び」

フローリングに丸や三角、四角などの図形をマスキングテープで作ります。図形の名前を言って、子どもにも移動してもらいます。図形を線路に見立てて、電車や車を自由に並べてみたり、人形の玩具を歩かせたり、お気に入りの玩具の形を真似たりなど手軽に遊べます。

用意するもの

- ★マスキングテープ
- ★おうちにあるおもちゃ



特集

子育てでわからないことは聞いてみよう!
みんなの子育て

Q & A



Q

お乳を飲んでも
吐いてしまいます。
心配です。



A

生まれたばかりの赤ちゃんは胃の形が未発達なのでお乳を吐いてしまうことがあります。吐いたあとも元気で、体重も順調に増えているなら心配はありません。

Q

赤ちゃんの
ウンチの色が
おかしいです…。

A

どんな色ですか? 赤ちゃんの体調によって白色・黒色・血便であれば早く小児科で受診してください。元気で不安ならウンチのついたおむつを持って小児科でみてもらいましょう。

※母子手帳の便色カードを参考にしてください

Q

毎晩夜遅くまで
子どもが
寝つきません。



A

生活のリズムが夜型になっていませんか? お父さんもお母さんも、できるだけ早寝早起きの習慣を身につけてください。

そして、昼間の遊びをしっかり習慣づけることで、夜、疲れて眠りやすくなることもあります。

Q

夜泣きに
悩んでいます。
原因は
何でしょうか?

A

昼と夜を取り違えていることが考えられます。昼間に十分遊ばせてください。泣いた時はおむつを調べ、さ湯を飲ませたり、抱っこしてあげましょう。9~10か月の頃は、急に夜泣きを始めることがありますが、何日かたてばなおります。

「困った!!」そんな時はここを見て。
子育てでわからないことを聞いてみました。
これで新米ママもパパも安心!



Q

言葉が遅いような
気がします。
どうしたら
よいでしょう?

A

言葉の発達は個人差があります。大人の話す言葉を理解していれば、時期がくれば話すようになります。不安のある方は専門家にご相談ください。1歳6か月児健康診査、3歳6か月児健康診査の機会をご利用ください。

Q



おむつをはずす
トレーニングを
しているのですが、
うまくいきません。

A

急に座り込むなど、その子のサインをキャッチしてトイレに連れて行きましょう。無理強いはしないで、気持ちよくトイレに行けるようにしましょう。

Q

気に入らないと
かんしゃくを
おこします。

A

自我が一段と強くなったことが原因でしょう。心の発達段階の一つとしてとらえてください。かんしゃくを起こしている時は叱っても効果はありません。場所を変え、気分をしずめるなど一貫した態度でのりきましょう。

Q



子どもがなかなか
お友達の中に
入っていきません。

A

お友達と仲良くやっいていける年齢は3歳位からです。最初はなかなか自分からお友達の中に入っていけないと思いますので、お母さんも一緒にお友達と遊んでみてください。だんだんと慣れて、お母さんが離れても遊べるようになるでしょう。



特集