クローバーだより

2022年12月2日
名古屋柳城短期大学附属
三好丘聖マーガレット幼稚園
林　ともこ

子どもを育てる時に大切な４つのこと　PARTⅠ

「子どもにはとにかく幸せになって欲しい・・・」それは全ての親御さまの共通した願いですね。そのために今自分ができる事は何かと、毎日模索しながら子育てをしている事でしょう。

子どもが将来の幸せを掴むために必要な物、それはどんな状況の中でもたくましく歩いていく「生きる力」と自分で人生の様々な課題を解決して道を切り開いていけるだけの「考える力」そして、それを「堂々と発言する力」「行動する力」をつけることなのかもしれません。

今回はこの４つの力を育むために大切なポイントをご紹介します。

①「考える癖」「調べる癖」をつけさせる

子どもは好奇心の塊です。特に積極的なお子さんであれば「あれは何？」「これはどうして？」と日々の生活の中で様々なことに興味を持ったり、疑問を投げかけたりするはずです。そんな時は一緒にその疑問について考えたり、調べたりしてみましょう。あまり好奇心を見せない消極的なお子さんの場合は、「これはなんでこうなんだと思う？」とこちらから問いかけることによって、まず「考える癖」をつけさせるといいでしょう。そして「子ども達に答えを与えないこと。与えるのはヒントとよりもっと知りたい、やってみたい、という好奇心を煽ること」です。この事は、子どもが自分の頭の中で考え、想像した言葉を発言することに繋がっていきます。

②自分の意見を堂々と言える力

自分で考えるようになった子どもが、自分の考えたことを自発的に発言できるかどうか、これは受け止める側の対応で変わります。子ども達が自発的に出してくれた内容については、最初は良い悪いに関係なく受け止めてから、その後の対応を考えるようにするといいでしょう。

子ども自らが考えて行動してくれたことを大人の拾い方次第では、今後も発言を続けてくれる子（考える子）になるか、もう二度と発言をしない子（考えない子）になってしまうかが決まってしまう場合も多いにあるため十分気を付けていきたいですね。

その子の意見を褒めてあげることで、子どもは自信をつける事が出来ます。この小さな自信の積み重ねが、今後の子どもの人生に大きな影響があると考えています。

今回は大切な４つのうちの２つをご紹介しました。次号では、残り２つをご紹介します。

食べごよみ　冬至のかぼちゃ

毎年12月22日頃、１年でもっとも夜が長くなる日があり、これを冬至といいます。冬は日照時間も短く、食材が手に入りにくかったため、昔の人は、生活や健康に不安を感じていました。そこで、無病息災を祈り、この日に食べていたのがかぼちゃです。糖質を含み、ビタミンA、C、Eが豊富なことから、体が温まり、感染症などへの抵抗力も高まります。かぼちゃは、保存中の栄養損失が少ない、貴重な栄養源だったのです。おいしくいただいて、冬のかぜを予防しましょう。

食事が楽しくなるテーブル演出

おいしさの85%は視覚情報から、といわれています。レストランなど、しつらえのよい所での食事はおいしくて楽しいものです。家庭の食卓も、少しくふうしてみましょう。テーブルクロスやランチョンマットをセットするのもよいですね。お勧めなのは器の使い方です。家にあるお気に入りの食器を普段使いにしたり、大きなお皿に数個の小鉢を載せて、その中におかずを盛りつけるのもすてきです。飾る物も、花だけではなく、旬の果物や野菜をバスケットなどに入れて置くと、食卓がいっそう楽しい雰囲気になります。

クリスマスアップルパイ

〈20×20cmのパイシート１枚分〉
パイシート（冷凍）……1枚
りんご……1／2個（小さめなら1個）
グラニュー糖……大さじ2
バター……20g

POINT
リンゴは皮付きのまま薄切りにして、パイシートの奥の角から順に、手前へ並べていきます。

作り方
1. 天板にオーブン用シートを敷いてからパイシートを載せ、3〜4分室温に置く。りんごは芯を取り除き、薄切りにする。
2. パイシートの縁にフォークを押しつけて模様をつける。端からりんごを少しずつ重ねながら並べる。
3. グラニュー糖を全体にまんべんなく振り、小さくちぎったバターを散らす。180℃に温めたオーブンで25分ほど焼く。

《子育て相談》

自分の子育てにこれでいいのかな？と不安に思われた時、こんな時どうしたらいいのと思われた時にお話にいらっしゃいませんか？保育経験者がお話しさせていただきます。お電話で予約していただき、ご都合の良い日を決めさせていただきます。

TEL　０５６１－３６－８３７３　　お電話お待ちしています