

3月のかるがも便り Vol.99

お知らせ

★3/11(水)は、12時まで開室、午後は休室します。(スタッフ研修のため)

★3/22(日)は、終日休室します。(ビルメンテナンスのため、半年に1度のお休みです)

◎具合の悪いお子様は感染症予防の意味からも、ご利用はお控えください。医師の許可がでるまで、お子様の体調回復のためにもご自宅でごゆっくりとお過ごしください。

違うから不思議な2人の息子たち

穂苅知美さん

子育てコラム
No.92

わたしは1歳1か月になる双子の男の子の母親です。子ども達はヨチヨチ歩きが始まり、よく動き回り、いろんなことで遊べるようになりました。家だけでなく、おでかけひろばや児童館など、いろいろな場所でも楽しそう過ごしてくれ、そんな姿を見るのが最近の楽しみの1つです。人が集まる場所へ行くといろんな子がいるなあと感じます。

息子達は一卵性双生児ですが、まだ生まれたての赤ちゃんの頃から表情の違いや泣くタイミングの違いがありました。月齢が上がるにしたがってごはんの食べ方や遊び方の違いなど、どんどん個性がでてくるようになりました。例えば、ごはんの食べ方。いまは2人ともつかみ食べをしますが、ひとりはトマト、豆腐、大根・・・と、食べたいものから順番に食べていきます。途中で違うものを口に運んであげても「べっ」と口から出してしまいます。もうひとりはあまり気にせず適当に食べます。また、おっぱいを欲しがるときも、ひとりは「グー、パー」と教えたハンドサインをしますが、もうひとりは「っぱい、っぱい」と言って服をめくります。2人別々の人間ですから当たり前なのかもしれませんが、ちょっと不思議。もちろん、2人全く同じようにするので「やっぱり双子だなあ」と感心することも山ほどありますが。

遺伝子は同じ。顔もそっくり。同じ親から産まれて、同じ家の中で、同じように育てているのに、それぞれ個性が違うのだから、よその子が全然違うところがあっても当然だなあと感じています。育児をはじめた頃は周りの子の様子を見て、「どうして違うんだろう」「あんな風に育てるにはどうしたらいいのかな」と考えることもありましたが、育て方とは関係ない個性の違いもあることが双子の息子達をみてよく分かり、あまり細かいことは気にしなくなりました。この子のこんな所はお父さんに似ているねえ、この表情は私に似ているのかも、こんな風にするのは誰に似たのかねえ、なんて主人と話すのも楽しいです。違いがあって当たり前。得意なことや苦手なことなど、これからはもっと個性が出てくると思うので今から楽しみです。周りのこと比べることなく、大らかな気持ちで子育てをしていきたいなあと思っています。(SHIP 会員)

イベント・講座

●赤ちゃんお話し会 乳幼児親子対象

世田谷区立下馬図書館の方が、赤ちゃん向けの絵本や紙芝居を読んでくださいます

①2月27日(金)11:00~11:20 ②3月27日(金)11:00~11:20 (無料・先着20組)

●子育て講座⑫「子どものことばを育てよう」 父母対象

お子さんの言葉は、毎日の生活そのものの中で育まれていきます。ことばの不思議についてお話し

3月4日(水)10:40~11:20(無料・申込不要) 担当:のき田智奈美(臨床発達心理士)

●昭和女子大学学生から『春のお話し会をしま〜す』 乳幼児親子対象

初等教育学科学生のエプロンシアターやパネルシアターのお話し会です。ぜひ、見にいらしてください!

3月7日(土)14:00~14:40(無料・申込不要・登録会員の方は当日直接会場へどうぞ) 開場:13:45

会場:昭和女子大学80年館2L37教室 *会場付近にベビーカー置き場があります。ご利用ください。

●三茶おしごとカフェ、マザーズハローワークの「お仕事相談」 父母対象

①3月12日(木)10:30~11:30 三茶おしごとカフェの職員によるお仕事相談 (無料・申込不要)

ミニワーク「ハッピー2015 かなえよう小さな夢、大きな夢」夢(目標)リスト作成とその活用法について

②3月26日(木)14:00~15:00 *19→26日に変更 マザーズハローワークによるお仕事相談(無料・申込不要)

マザーズハローワークから、「子どもをあずける保育情報」についてのミニセミナーも行います

●マタニティ講座 家族を迎えるフシママパパに向けた交流会 父母対象

3月14日(土)14:00~15:00(無料・申込不要) 担当:有沢順子(保健師) *別紙チラシ参照

●みんなで交流会「赤ちゃんの生活リズム」 父母対象

助産師さんと一緒に、赤ちゃんのおっぱい・食事・睡眠・遊びについてみんなで考えます

3月16日(月)10:40~11:20(無料・申込不要) 担当:中西貴子さん(助産師)

●ふたごの会 世田谷区内ふたご親子の出会いと交流の場です 乳幼児親子対象

3月18日(水)11:00~11:40(無料・申込不要) 担当:有沢順子(保健師)

●えほん TIME 乳幼児親子対象

3月20日(金)14:50~15:00(無料・申込不要) 担当:昭和女子大学オープンカレッジ『朗読』講座受講生

●パパ DAY 「パパが作る子どもの食事」 父母対象

パパママのための子どもの食事に関する交流会です。メニューについてお困りの方ぜひ、どうぞ!

3月21日(土)14:00~14:40(無料・申込不要) 担当:富田桂子(管理栄養士・保育士) 中島則子(栄養士)

●親子ヨガ 乳児(ハイハイ頃までの)親子対象 申込:3月10日~

助産師さんによる産後ママの骨盤矯正を主にしたヨガです。赤ちゃん用のバスタオルを1枚お持ちください。

3月31日(火)10:30~11:00(参加費500円・事前申込20組) 担当:岩佐寛子さん(助産師)

会場:昭和女子大学オープンカレッジ6F 当日、ベビーカーは、2Fに置いてください。

◎有料のイベント講座は、事前に料金を添え SHIP 受付に直接お申込ください。当日欠席の方はご連絡ください。

一旦納入された参加費の返金はできませんのでご了承ください。現金は、釣銭のないようにお願いします。

練習が大切です

栄養士 中島則子

1月に「離乳食」の交流会を行いました。毎日の離乳食について聞きたいこと知りたいことを、先輩ママの貴重なアドバイスなどを交えて、みなさんで分かち合いました。

離乳食を進める目的のひとつとして、固形物を食べられるようになるということがあります。食べることは、自然に身に付くものではなく必ず練習が必要です。食べる力に応じて食べ物大きさや形、かたさを変えて、食べる練習を重ね、噛んで食べられるようになることが本当の意味で食べられるようになったということなのです。

赤ちゃんは最初飲み込むことしかできません。食べる力を引き出すことによって口口の動きを覚えていきます。そのためには、お子さんの歯の生え方など口の発達状態に見合った形状の食べ物を食べさせることが重要です。たとえば、噛む力がついているにもかかわらず離乳食がドロドロ・ベタベタでは、食べる力を引き出すことができません。そして、食べる意欲も失せてしまいます。

反対に、まだ噛む力が未熟なのに固いものや噛みにくいものばかりでは、丸のみの癖がついてしまいます。月齢が進んで、手づかみ食べができるようになったら前歯で噛みちぎる練習を、ぜひさせてあげてください。たとえばスティック状に切った野菜などを前歯でかじり取ることで、咀嚼することにつながっていきます。最初は、口に全部押し込んだり、なかなかうまくいきませんがだいに自分の口口の適量を学び取り、前歯を使うことを覚えていきます。その時期がほしい1歳過ぎくらいといわれ、その時期を逃すとなかなか習得することが難しくなります。離乳食にお子さんの手が伸びたら、手づかみやすいものを1品加えてあげることで、手づかみ食べの練習をさせてください。

パパの子育て参加を

保育士・管理栄養士 富田桂子

子育てに奮闘するパパのTVドラマが多くなり、幼稚園や小学校の行事に、参観に「パパ」が当たり前になりつつありますね。パパを子育てに巻き込むには、子どもの日々の成長の喜びを「今日はこうだったよ」「こんなことしたよ～」などと随時伝えることでしょうか？この成長に立ち会えないのはもったいないよ～と思ってもらえたらチャンスです。

そして、時間がとれなくて積極的に関われないパパにもできることがいくつかあります。ひとつはママの話や聞くこと。男性と女性は話す目的が違うと聞いたことがあります。男性は用件を伝えることに重きをおき、女性は自分の気持ちを伝えることに重きをおくのだそうです。1日中、家事に子育てに向き合っているママの気持ちを聞いてあげられたらいいですね。

SHIPでは毎月パパDAYを実施中。たくさんのパパ、ママが参加して、参加者同士での話しが弾み、それぞれの子育てに対する思いを分かち合っています。家族のありかたは十人十色ですが、子育てには仕事とは別の喜びや学びがあり、生活や人間性を豊かにしてくれるのだと思います。そして是非、ママだけでなくパパコミュニティの場としてもぜひ、おでかけひろばをご利用してください。



最近の息子を見ていて思うこと S・Hさん

papa コラム 2014年度 NO.12

1歳7か月の息子を持つ父親です。おでかけひろば SHIP はよく利用させていただいております。丁寧、親切なご対応いつもありがとうございます。

さて最近はどうと、妻が2人目を妊娠し体調がすぐれない時が多々あり、外で遊ぶ機会が減ってしまいました。動きたい！暴れたい！息子は音楽を聴いてドタバタ踊ったり、大好きなアンパンマンを見せろ！と5つくらいしか発せられない、言葉の1つ「アンパッ！アンパッ！」と叫んでいます。また、お菓子の味を覚えてしまい隠している子ども用クッキーの場所を指さし、「食べせろ」と言わんばかりに聞き取れない赤ちゃん語を発しております。身重の妻も息子のフラストレーションがたまらないよう具合が悪い中、頑張っで遊んでくれています。(感謝です)

そんな家ではやりたい放題のわが息子ですが、最近 SHIP に行く機会が減ったせいか家にいるときの息子と外出時の息子が明らかに違ってきています(成長したということで普通のことなのでしょうが...)。とにかくアウェーに弱いというか、内弁慶というか、親に似たというか...まわりの様子を伺っているようで、何も考えずに無邪気に遊んでくれません。ほかの子のように楽しそうに走り回って人に近づいて行ったり、おもちゃで遊んだりしてくれたらいいのなあと思います。

このコラムを書いているときにふと思ったのですが、考えてみると子どもは大人が触っているものややっている事に興味を持ち、真似をして成長し喜びを感じて大きくなるのであれば、いつその子どもを「遊ばせる」のではなく、大人が「遊んでいるところを見せる」ほうが子どもにとって良いのではないかと思います。

「やってみせて」「言って聞かせて」「やらせてみて」「褒めてあげねば人は育たん」山本五十六氏の言葉を借りると最初の「やってみせて」が抜けていたような気がします。息子が自宅以外の場所でもっと楽しそうに遊ばせるには、親の私が楽しむのが最短最善ではないかと思い始めた今日この頃です。

「3つ子の魂百まで」...3歳まであと1年半...息子の健康を祈りつつ色々やってみます(笑)
(40歳会社役員・SHIP会員)

『子育てステーション世田谷 ほっとステイ-時預かり SHIP DAY NURSERY』

新年度からご利用時間帯が変わります！ お間違えのないようご予約ください。

現在 9:30~19:30 → 8:30~18:30(2015.4.1 から1時間早まります)

おでかけひろば SHIP には、保育士・幼稚園教諭・保健師・栄養士・臨床発達心理士・子育てアドバイザーのスタッフが交代で常駐しています。質問・相談はお気軽に。お電話でのご相談も、お気軽にどうぞ！