



楽しく子育て！

～子育て支援コーナー通信～

第125号

発行日

2018年1月19日

毎月19日は、「かがわ育児の日」

司書のオススメ本

～家族で防ごう！生活習慣病～

<企画展示コーナーから選んでみました>

みなさん、年末年始のお休みはどうでしたか？なかには「ずっと家の中でゴロゴロして過ごしてしまい、太ってしまった！」という方もいらっしゃるのではないのでしょうか。

我が家の小2の息子とは、冬休みの宿題「毎日の縄跳びの練習」を進んでやったのは、初日だけ。二日目からは、テレビを見たり、ゲームをしたりして、ほとんど体を動かさずことなく過ごしていました。

これではさらに太ってしまうと思い、「縄跳び、宿題なんだから毎日しないとね！」と声をかけてみたものの、上手くできないのでやりたくないようです。私も子どもの頃、縄跳びが好きではなかったうえに、ブランクもあり、あやとびまでがやっとの状態。結局息子にうまく教えられずじまいでした。仕方なく、冬休み中は、息子の好きなボール遊びをメインに、一緒に体を動かしました。

今は、気を取り直して、私が縄跳びのコツを学んで、息子に教えられるようになると、子育て支援コーナーの展示本を参考に練習中です。これが私のダイエット、そして生活習慣病予防にもつながることいいな。(D)

<おススメbook>

『運動ができるようになる本4（かけっこがはやくなる！
かけっこ はばとび なわとび）』 水口高志／監修 ポプラ社／刊

『きょうから体育が好きになる！（なわとび／短距離走）』
下山真二／著 鈴木出版／刊

『なわとびしましょ』
長谷川義史／著 復刊ドットコム／刊



企画展示 「家族で防ごう！生活習慣病」展

子育て支援コーナーにて、平成30年3月4日(日)まで開催中！

新しい本が 入りました。

() 内の数字は
棚の番号です

『0歳からの発達が気になる赤ちゃんに
やってあげたいこと』
黒澤 礼子／著
講談社／刊
2017. 11
(支援 1-4)

『はじめてのニュー
ボーンフォト』
荒原 文／著
河出書房新社／刊
2017. 11
(支援 2-1)

『過保護なくして親離
れはない』
河合 隼雄／著
出版芸術社／刊
2017. 11
(支援 3-1)

『ウチの子の才能がグ
ンぐン伸びる0歳から
10歳までの子育て
習慣』
トキオ・ナレッジ／著
KADOKAWA／刊
2017. 11
(支援 4-4)

こんな時には、こんな本！

(第10回 小学生になる準備)

もうすぐ、小学生になるお子さんをお持ちの親御さんの中には、「うちの子、小学校でちゃんとやっていけるかしら？何か前もって準備をしておいた方がよいかしら？」と不安に思っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

我が家の息子は、入学して間もないころ、授業中、ずっと上の空だったようで、担任の先生に「私の話すことを全然聞いていないです！」と言われてしまいました。保育所では出来ていたことが、小学校では出来なかったのです。その時は、息子は、小学生になるための準備が不十分だったのかと後悔しましたが、一月くらいして、きちんと話が聞けるようになりました。今思えば、準備がどうこうと慌てる前に、まずは落ち着いて我が子を見守ってあげることが大切だったんだと思います。

今回は、これから小学生になるお子さんの親御さんに参考になる本を紹介します。

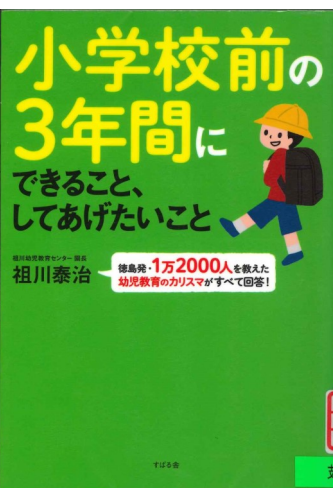
『尾木ママ小学一年生 子育て、学校のお悩み、ぜ～んぶ大丈夫!』 尾木 直樹／著 小学館／刊 2017. 3

著者は、教育評論家としてメディアで活躍されている「尾木ママ」こと尾木直樹氏です。

本書では、尾木ママが小学校入学前準備から一年生の三学期までの時期に多くの親御さんが抱える心配ごとの数々に答えてくれています。

例えば、「落ち着きのない息子が授業でちゃんと座ていられるか心配」という質問の回答は、「授業のことは先生にお任せしても大丈夫」「飽きずに楽しく授業が受けられるように工夫してくれますよ。」とのこと。

本文は、ずっと尾木ママ独特の優しい口調で書かれていて、お子さんのことで不安を抱えている親御さんが元気をもらえる一冊です。



『小学校前の3年間にできること、してあげたいこと』 祖川泰治／著 すばる舎／刊 2015. 11

著者は30年間、幼児教育に携わっている幼児教育センターの園長さんです。

著者によると、小学生になる準備は、先取りではない「勉強の外にある知的遊び」をすることなのだそうです。例えば、国語なら、本をたくさん読み聞かせたり、語彙を増やしておくことが重要。算数は、数式を学ぶよりピザを3人で分けるにはどう切ったらよいかや、5つあるアメを3つ食べたら残りはいくつになるかなど数字への感覚を磨くことが勉強の土台となるとのことです。

他にも家でできる身体の基礎の作り方やよい生活習慣のつけ方などについても書かれていて、これなら無理なく実践できると思える内容です。

●子育て支援担当より お願い●

子育て支援コーナーには、お母さんが当コーナーの本を選んでいる間、お子さんが退屈しないように、お子さんが遊べるおもちゃを少し置いています。時々、お母さんだけが児童資料コーナーへ行ってしまう、お子さんだけが残っておもちゃで遊んでいるのを見かけます。当コーナーは入口の近くあるため、お子さんが外へ出て行ってしまうこともあり危険です。必ず、そばでお子さんを見守ってあげてくださいね。それから、遊んだ後のお片付けも是非教えてあげてください。よろしくお願いします。