

平成 29 年度 すこやかメールマガジン 第 544 号【「自分でできた！」を大切にする】

5 月 18 日配信

みなさんこんにちは (^_^) /

先日の日曜日は、「母の日」でしたね。日頃の感謝の意味を込め、お母さんのお手伝いをした子どももたくさんいたのではないかと思います。

子どもは 2 歳頃からお手伝いがしたい、家族の役に立ちたいと考えるようになるといいます。特に子どもが「やりたい！」と思うのが、食事づくりではないでしょうか。

5 歳と 3 歳の我が子も、米を研ぐ、野菜を切る、調味料を入れて味付けをする、食材をかき混ぜる、味見をする・・・などなど、色々やりたがります。どの仕事も任せると喜んで手伝いますが、中でも包丁を使って食材を切る作業は夢中になってやります。刃物を使ったお手伝いは、子どもにとって特別のようです。

幼児期からの食育を提唱し、五感で学ぶ体感型食育プログラム「キッズキッチン」を実践している料理研究家の坂本廣子（さかもとひろこ）さんによると、台所仕事の中で刃物や火を扱うことほど子どもの自信につながる体験はないそうです。また、安全を自分で確保しやり通すことができたという自信が、子どもの自立心を育むといいます。

このとき大切なのは、子どもが「自分でできた！」という気持ちになれるような大人のかかり方です。

子どもが包丁を使うことに対して、大人は危ないからといって遠ざけたり手を出したりしてしまいがちです。このときの大人の心構えとして、坂本さんは、

「包丁の扱い方をきちんと説明し約束をする」

「子どもを信頼して包丁を渡す」

「危なっかしくても手を出さずに見守る」

の 3 つを挙げています。子どものサイズに合わせた道具や環境を用意し、刃物の基本的な扱い方やどこに気をつけなければいけないかを伝え、約束をした後は見守る姿勢が大事なのだといいます。我が家でも、安全管理のために大人が子どもの側について目を離さないようにし、ドキドキしながらも最後まで子どもに任せるようにしています。

子どものお手伝いは、役に立っているのか邪魔になっているのかわからないようなときや、

大人からすれば「自分でやった方がよっぽど早い」と思うようなときが多々あります。けれども、子どもにとっての育ちには欠くことのできない機会と捉え、「自分でできた！」を大切にしながら、できるだけ経験をさせていきたいものだと思っています。【M】

○メルマガで取り上げて欲しい内容やご感想など、下記アドレスにお寄せいただければ嬉しく思います。(アドレス登録又は配信停止もこちらからどうぞ(^_^))

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

○メルマガのバックナンバーを当センターHPで閲覧することができます。

アドレスはこちら

「まなびネットいわて」(<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/>) > 「発行物・刊行物」
> すこやかメルマガ

○「すこやかメール相談」このアドレスに返信することで子育てに関わる相談が受けられます。乳児から小中学校での困り事などお気軽にご相談ください。

mailto:kosodatem@pref.iwate.jp

【転送からの登録手順】

「このメルマガを友人・知人に転送する」→「受け取った方が登録用アドレスを確認する」
→「『メルマガ配信希望』と入力し送信する」→「配信登録完了！」(次回から直接、メルマガを受信することができます)

【紹介からの登録手順】

アドレス kosodatem@pref.iwate.jp をご紹介していただき、「配信希望」とメールすれば登録できることをお伝え願います。

これからも、どうぞよろしくお願ひします(^_^)/

【発行】

岩手県立生涯学習推進センター

025-0301 花巻市北湯口 2-82-13

TEL 0198-27-4555

URL:<http://www2.pref.iwate.jp/~hp1595/> 「まなびネットいわて」で検索