



2021年2月

「オンライン子育てひろば」 2月12日(金) 10時~11時

テーマ「子どもたち しっかり食べられていますか？
食のお悩み聞き合いましょう！」

読書：父母のおしえ 二、食事のとき (家庭教育篇(上))

参加者5名(2歳~高1の母、祖母) スタッフ4名

4名の方が初参加。
食についての色々な悩みを
参加者同士で考え合うこと
ができました。

集まりの最後には、「こんなに
楽しいと思わなかった」
「よかったよと周りの人に
伝えますね！」との声がた
くさんあがりました。

一人でも多くの方に、ま
ずは一度、「子育てひろば」
に参加してみしてほしいで
す。きっと何かがつかめま
す！

(お悩み①)いつもお菓子を食べたがって
止められないんです

●小さい子は欲求をおさえられないので、
なるべく、目にふれないように。置き場所
も工夫していました。

●決まった時間だけ、でも必ず毎日、きち
んとおやつを出すようにしています
子どももそういうものかと思って悩みにな
っていません。

●身体にいいおやつを、すぐに思い出して
作れるようにイラストで一覧にしています。

(お悩み②)兄弟で青魚を食べられない子
がいて、食卓にのせづらいです

●子どもの舌は繊細。新鮮なものを用意、下処理で臭みを
とったり、ちょっと手をかけて食べやすい味つけにしてみ
ては..あんかけやフライ、甘目の煮つけなど..

●子どもが食べないからと食卓にのせないのではなく、工
夫して少しずつでも食べさせたい。子どもも大きくなると体
が欲して食べたくなることも。

●まわりの大人が美味しそうに食べるのが一番!?

次回 3月12日(金) 10~11時 乳幼児~中高生之母

テーマ「子どもの片づけ どうしていますか？」

読書：「子供と持ち物」家庭教育篇(上)